マンガの基礎デッサン
セクシーキャラ編
SEXY CHA TER
林晃
(Go office)

マンガの基礎デッサン
セクシーキャラ編
林晃（Go office）

本書の使い方

セクシーキャラのポイントをおさえよう

魅力的な女性の体の描き方を学びましょう

セクシーキャラをつくるには、実にいろいろなポーズ、アングルの設定、体の特徴、パーツの形を学ぶことが必要です。本書を読んで自分好みのセクシーボディを見つけましょう。

セクシーキャラは
「動き」で決まる
セクシーキャラは
「パーツ」で語る

アタリでポーズをとらえよう

アタリはキャラの設計図

アタリはラフデッサンとか、ラフ画などともいいます。下描きの下描きでもあり、おおよそのポーズのイメージが自分でわかれば良いのです。イメージで自由に描ける技術とセンスを育てましょう。

腕を上げたポーズ

ポイント1
首まわり（鎖骨）と
肩…腕と胴体のつな
がり
ポイント2
腕パーツ（肩、ヒジ、
手首）
完成
くびれ
くびれ
ポイント3
胴体…丸みとくびれ
をつくる曲線
丸み
丸み
関節と厚みを意識して描くアタリ
ヒザを抱えた座りポーズ
デッサン
完成
ブラのヒモは、背中
の曲面や胸の位置を
とらえる目安になり
ます。
このポースでのお尻
の割れ目の位置はこ
の辺です。
全体の雰囲気をとらえるアタリ

ポーズとパーツを学ぼう

ポーズごとに変わるパーツの形をとらえよう

「このポーズの時には、腕や脚はどういう形になっているだろう？」と、描く時の気持ちになって観察してみましょう。

前面

背面
肩・腕・ヒジ
背中
お尻
太もも
脚線
太もも
ヒザ
ふくらはぎ
足首
足
寝ポーズ
おなか
胸（バスト）
股間部
体の厚み

もくじ

本書の使い方

第1章 セクシーキャラを描こう 11

第2章 セクシーキャラのパーツを学ぼう 41

第3章 テーマギャラリー
セクシーポーズ表現 161

はじめに

林も、女のコを描くのが大好きです。趣味で描く分には、もはや「女のコしか描かない」というのがポリシーなぐらいです（仕事なら男のコも描きますが…）。
と、今ではここまで言い切れるようになりましたが、過去には私も皆さんと同じく、大きな壁にぶつかってきました。そう、「女のコの顔は描けても、体が上手に描けない」という壁です。

女のコの体はとても複雑で、描くのは難しいものです。肉体の持つ丸み、起伏、くびれなど、それらは位置も形も女のコごとに異なるからです。グラビア写真、古今東西の絵画、ウェブや雑誌でなじみ深いイラストを調べれば調べるほど、女のコの体の多様性に気づきます。
では、「女のコの体を描く」はじめの一歩をどこに定めたらいいでしょうか？
答えは簡単です。自分の好きな体つきを見つけ、その体つきをとことん学ぶこと（何度も、徹底的に描くこと）です。描くたびに、見えてなかったことや、思い込みで描いていたことなどに気づくのです。最初は下手でもいい。好きなものを好きなだけ描きましょう。

日ごろ、多くの作品を見る機会が多い私ですが、「おっ？」と目を引く作品には、「女のコを描くのが好きだ」という気持ちが表れているものが多いように感じます。こと体に関しては、乳房、お尻、股間や脚など、「この部位が特に好き」という描き手のこだわりが、魅力ある作品の決め手になっています。もちろん部位だけではなく、アングルや立体感に対するこだわり、また肌や肉の質感をとことん表現されている作品も魅力が高いと言えます。

さて本書は、「セクシー」という言葉をテーマとしていますが、それは単に「性的な魅力」を指すだけでなく、美しく、健康的で、可愛らしい女のコの体を総括して学ぶ本です。「セクシー」というテーマのもと、私が長年にわたり集めた膨大な資料の中から、代表的な女のコの体つきを厳選しました。全身の描き方はもちろん、セクシーポーズの描き方も解かるはずです。また、各部位ごとにページを分けて解説していますので、皆さんが苦手なところから読んでもいいでしょう。

この本は、「女のコを描くのが好き」な私、林 晃のこだわりの集大成です。

この本を読んで、皆さんの画力が少しでも向上されたら、それに勝る喜びはありません。

Go office　林　晃

※ 本書の作例の多くはエンピツかシャープペンシルによって描かれていますが、印刷物のため、実際のエンピツの濃さや線とは異なる場合があります。

第１章

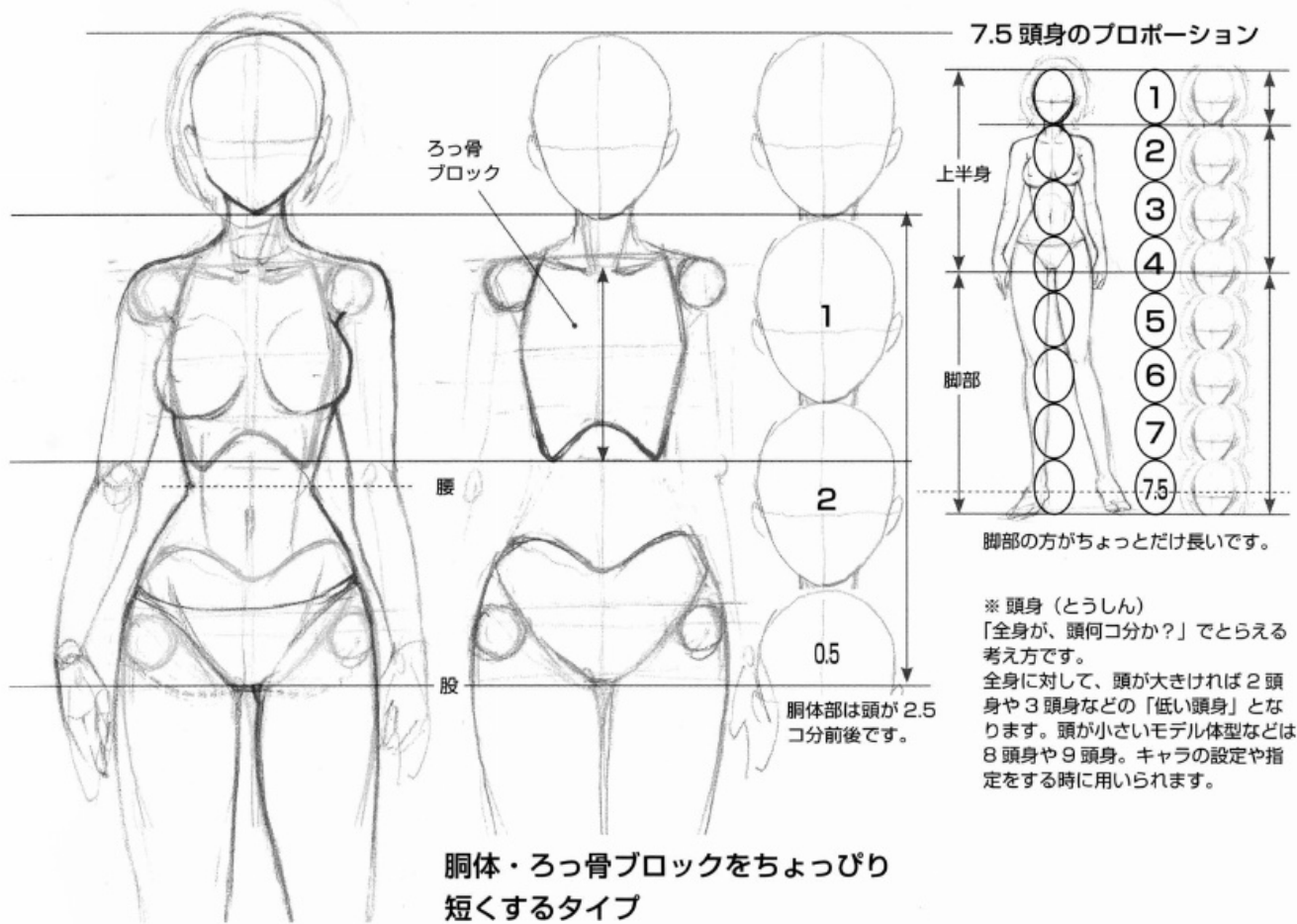
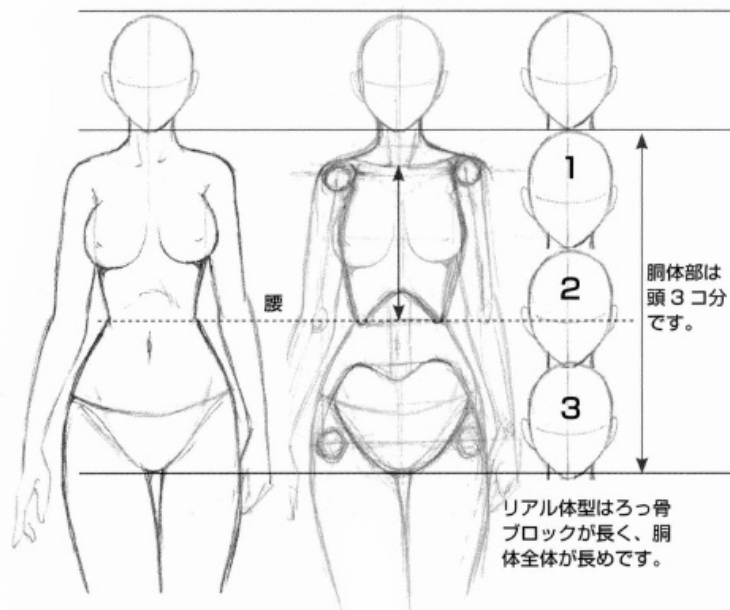
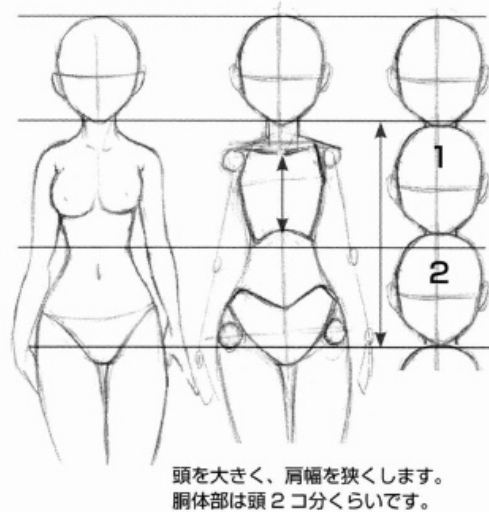
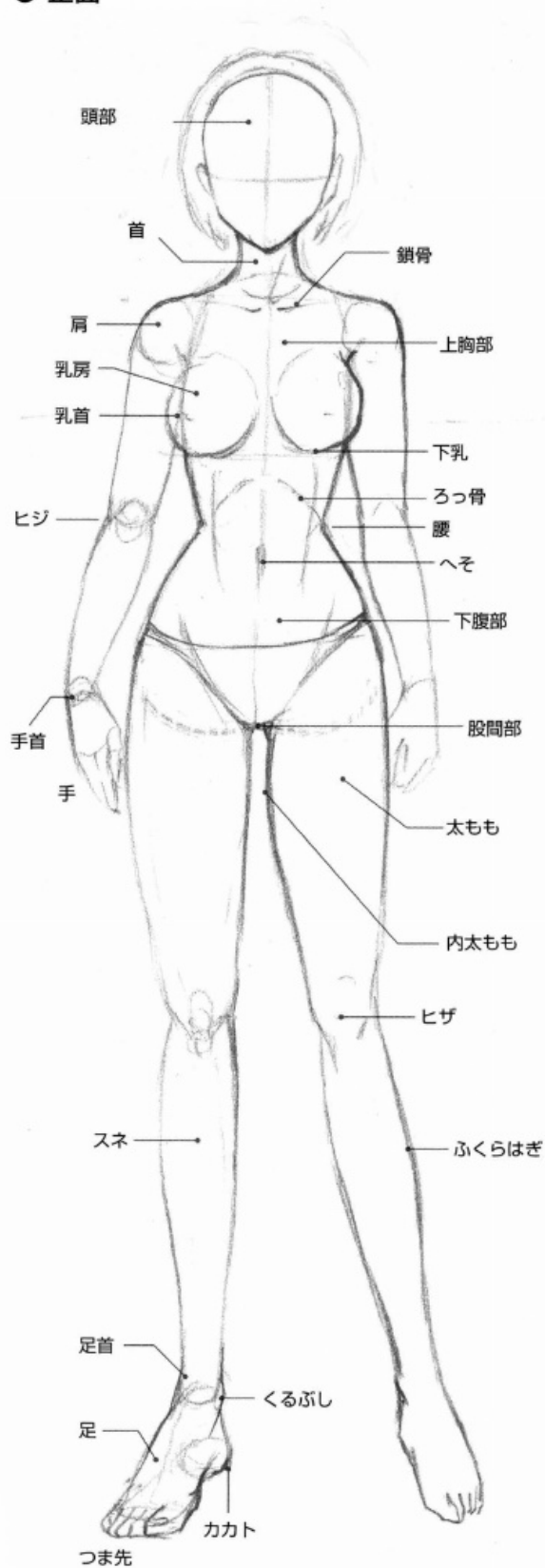
セクシーキャラを描こう

セクシーキャラの体を学ぼう

セクシーな体つきをとらえる

セクシーな体つきとは、大きめの乳房（豊かなバスト）や丸く引き締まったお尻、くびれた腰など、曲線が美しい体つきのことです。

セクシーキャラのプロポーション

セクシーキャラは、7.5 ～ 8 頭身くらいがよいです。
リアルな体型に比べ、胴体を少し短めにしたり、腰の位置を高めにデザインします。

ろっ骨
ブロック

腰

股

1

2

0.5

胴体部は頭が 2.5 コ分前後です。

7.5 頭身のプロポーション

上半身

脚部

1 2 3 4 5 6 7 7.5

脚部の方がちょっとだけ長いです。

※ 頭身（とうしん）
「全身が、頭何コ分か？」でとらえる考え方です。
全身に対して、頭が大きければ 2 頭身や 3 頭身などの「低い頭身」となります。頭が小さいモデル体型などは 8 頭身や 9 頭身。キャラの設定や指定をする時に用いられます。

胴体・ろっ骨ブロックをちょっぴり短くするタイプ

● リアルふうバランスは胴が長い

セクシーキャラのスタイルバランス

● 正面

● 真上から見た場合

● 横

首を細くするとマンガキャラふうになります。

リアルふうに描いた首。太いです。

乳房のラインは脇の下につながっています。

正面から見た場合。乳房と腕のつけ根（脇）との関係をとらえよう。

胴体の最下部をとらえましょう。

カカトは後ろに飛び出しています。

アタリに学ぶ

首は耳の位置に向かってナナメにとらえます。

乳房は胴体に乗っているイメージです。

お尻は肩よりも外側に張り出すイメージで。

● 背面

背骨のラインはあまり浮き出ませんが、描き込んでOKです。

肩甲骨（けんこうこつ）。表に出やすい人と、ほとんど出てこない人がいます。

腰

お尻の線の始まりは腰と股の中央あたりです。

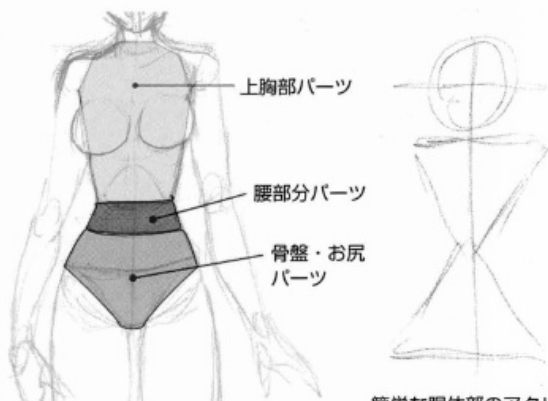
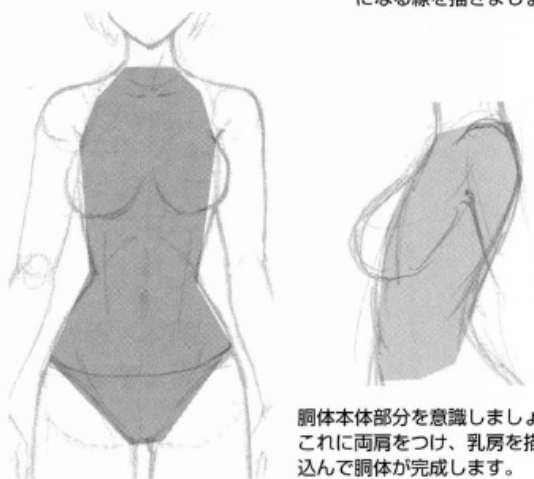
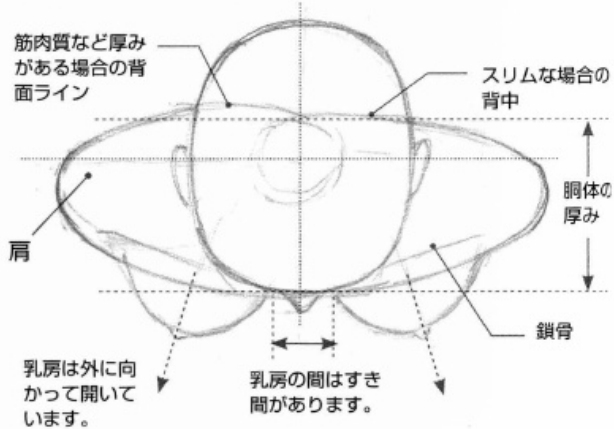
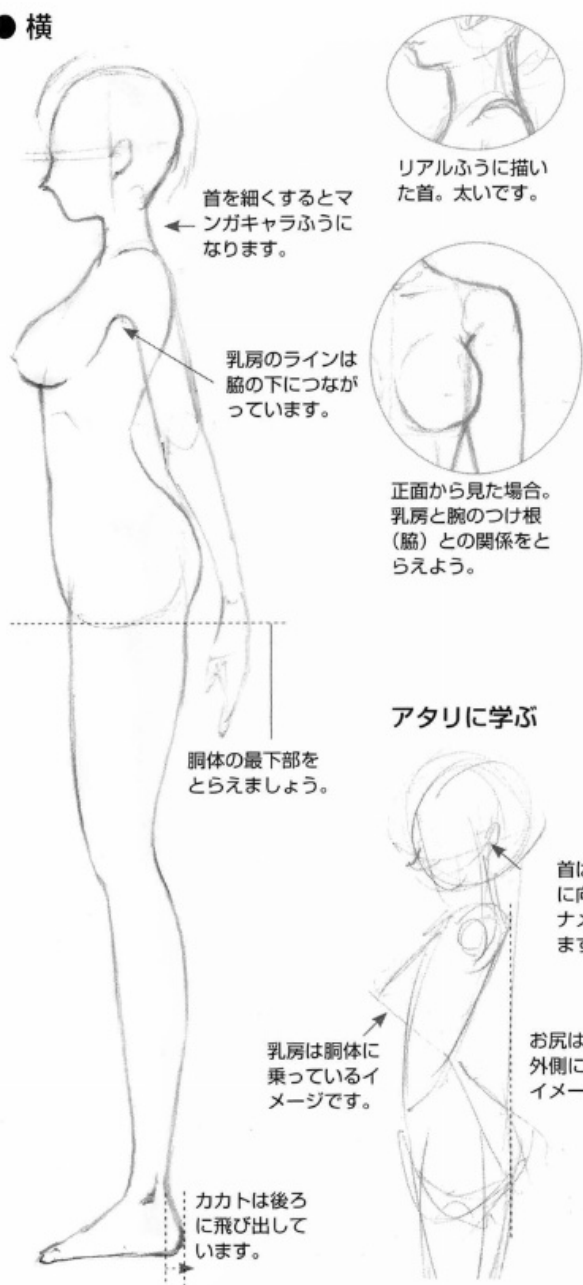
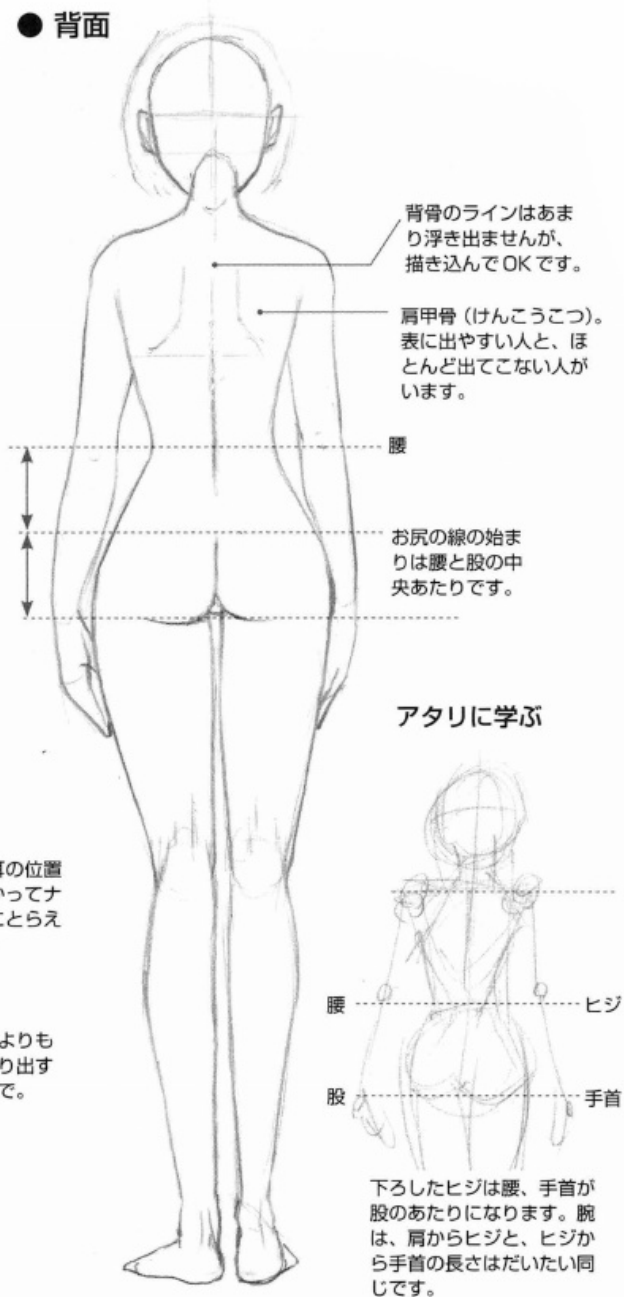
アタリに学ぶ

腰

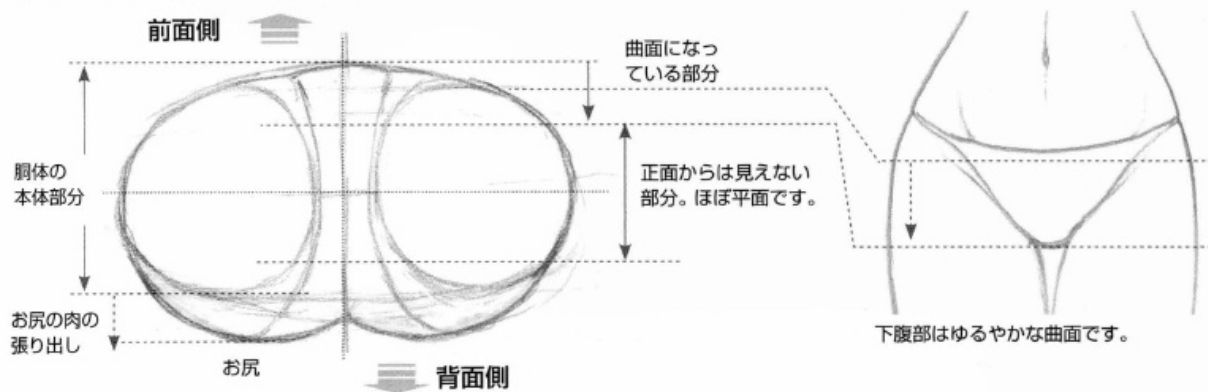
ヒジ

股

手首

下ろしたヒジは腰、手首が股のあたりになります。腕は、肩からヒジと、ヒジから手首の長さはだいたい同じです。

● 真下から見た場合　（胴体の最下部）

セクシーポーズを描こう

見て描くことができるようになると、自分のイメージからデッサンして描くことができるようになります。

まずは、見て描く手順を見てみましょう。

ポーズのとらえ方と見て描く方法

立ちポーズを描いてみよう

頭部の大きさや肩幅、腰のくびれ、胴体の長さなど、ひとつひとつ元絵を見ながら位置をとって描きます。

元絵のラフを見てみよう

うっすらと、両肩をつなぐラインや肩の関節、中心線などが入っています。ひとつひとつが、作画の途上で描き込まれる目安の線やアタリの線です。

上達のコツは、まず見て描くことが大切！

座ったポーズを描いてみよう

1. ポーズ全体を大づかみに描きます

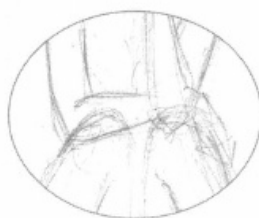
① 頭部のアタリを基準に、肩、ヒジの位置をとりながら、上半身を大づかみに描きます。

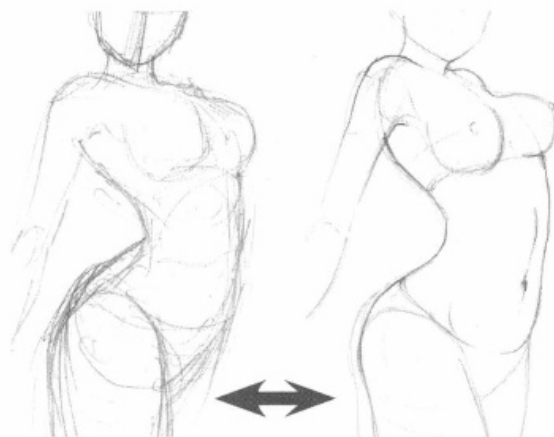
② 頭部からヒジまでの長さを基準にしておおよそのお尻の位置をとり、脚のアタリを描きます。

2. 上半身を肉づけします

③ 頭部と肩の位置関係がアタリでは狂いやすいので、元絵を見ながら、まず上半身を少し丁寧に描きます。
特に肩とアゴの高さを調整しながら描きます。
ヒジの位置が、ヒザの位置の目安になります。

3. 脚部を描きます

④ 上半身の長さを基準にしてお尻の位置をとり、脚のアウトラインを大づかみに描きます。このあと、お尻の位置を調整して、細部を描き込みます。

両ヒザは、自然な脚線を描くための起点になります。腕に隠れて見えない部分ですが、形をとって描きましょう。

顔はどの段階で描き込んでもOKです。② の上半身の肉づけ段階で簡単に目や表情のアタリを描き込むと、最後まで仕上げる意欲が湧きます。

見えないところをとらえて描くのは、デッサンして描く時も同じです。

ポーズを描く手順

自分のイメージからデッサンして描きましょう。
大づかみにでもイメージを描くことが大切です。

② アタリの作画

イメージラフをもとに、髪の毛のイメージや胴体、脚部や腕を大づかみに描きながら、イメージをふくらませます。

脚を軽く曲げるかどうかなど、簡単な試行錯誤もこの段階で行います。

① イメージを描きます

最初のイメージラフです。姿勢や顔の向き、おおよそのポーズをごく簡単に描きます。

③ 作画を進めます

体の構造を意識してデッサンします。脚のつき方や脚線など、どんなラインになるかわからない時は資料写真などを参考にして描きましょう。

参考：１～３の、試案のイメージラフからおおよそのデッサンまでを一気に描き進めたもの。これを別紙にトレスして仕上げたものが右頁です。

イメージラフを描くことに慣れましょう！

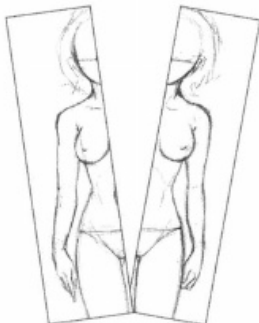
④ アウトラインのクリンナップ。

りんかく線をきれいに描き、顔や髪の毛を描き込んで完成させます。

コラム　アタリやラフデッサンに慣れよう

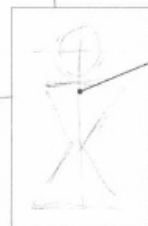
「アタリ」「作画の目安」はたくさん描いているうちに見えてくる「自分なりのルール」です。線や構造を考えながら描くうちに会得されます。これは知性的な作画技法とも言えるものです。見る時や、まねして描く時に線の意味を考えてみましょう。

■ 中心の線の重要性について

アタリや作画では、顔や体の中心を通る線を入れることに慣れましょう。中心の線を決めることで、左右のバランスがとりやすくなります。ナナメ向きなどでは、体の向きがはっきりする効果があります。

左右を真っ二つにしてみました。このように「表面・左右の中央を通る線」を、専門的には「正中線(せいちゅうせん)」ということもあります。

▶正面向きポーズのラフ

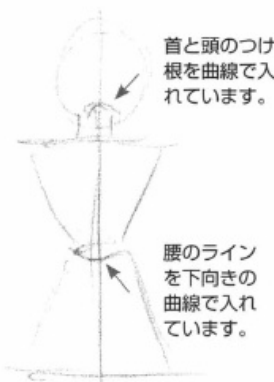
体をブロック状にとらえる描き方。

シルエット（全体のムード）から描いているもの。

単純な図形タイプのアタリ

▶ナナメ向きポーズのラフ

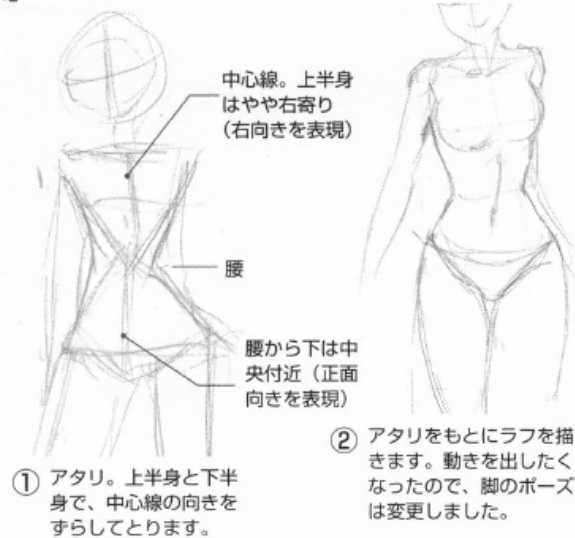
ごく簡単に描かれたアタリ。中心線は文字通り体の向きをとらえる「目安」としてだけ描き込まれています。

ラフ画（下描き） 体の前面の起伏と、体の厚みをテーマにしています。

▶後ろ向きポーズのラフ

背面は背骨のラインが中心線になります。

ポーズイメージのラフ。シルエット＋ブロックでとらえながら、ブラのヒモやパンツなども目安として描き込まれています。

■ 胴体の側面部で体の厚み・立体感を与えよう

中心線とブロック状のアタリを利用した「ひねりのポーズ」

もしまだやってなかったら、頭を使って描くことにチャレンジしてみよう !!

アオリとフカンについて

キャラを見上げた構図の「アオリ」と、見下ろした構図の「フカン」を描くコツを学びましょう。

正面の構図にある「フカン」

普通に見ている状態の中に、フカンやアオリが含まれます。

● 相手の顔をまっすぐ見ています。
これが**正面アングル**です。

● 肩から下は、「見下ろした」ものになっています。
「通常アングル」の中に、常に「**フカンで見たもの**」が含まれています。

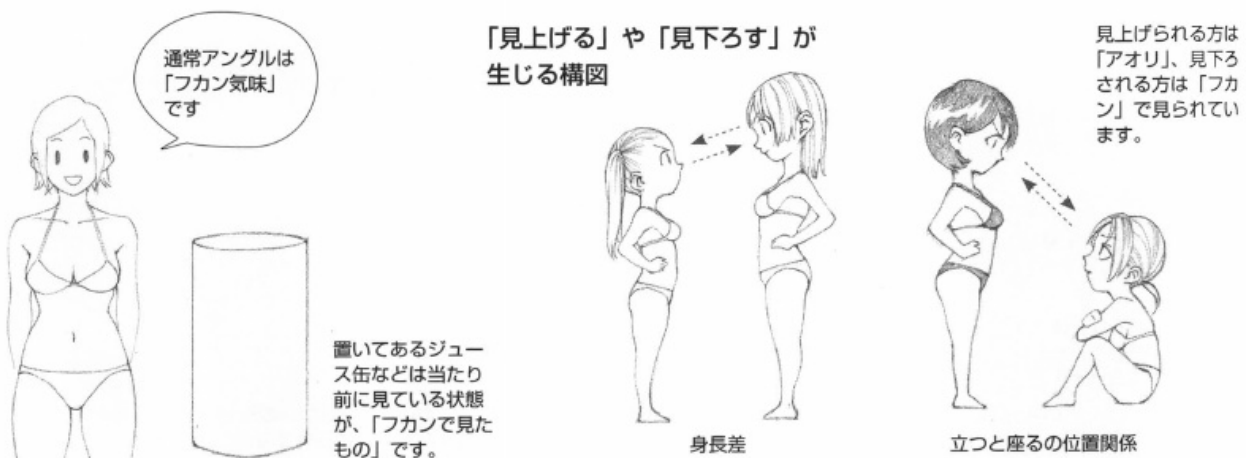
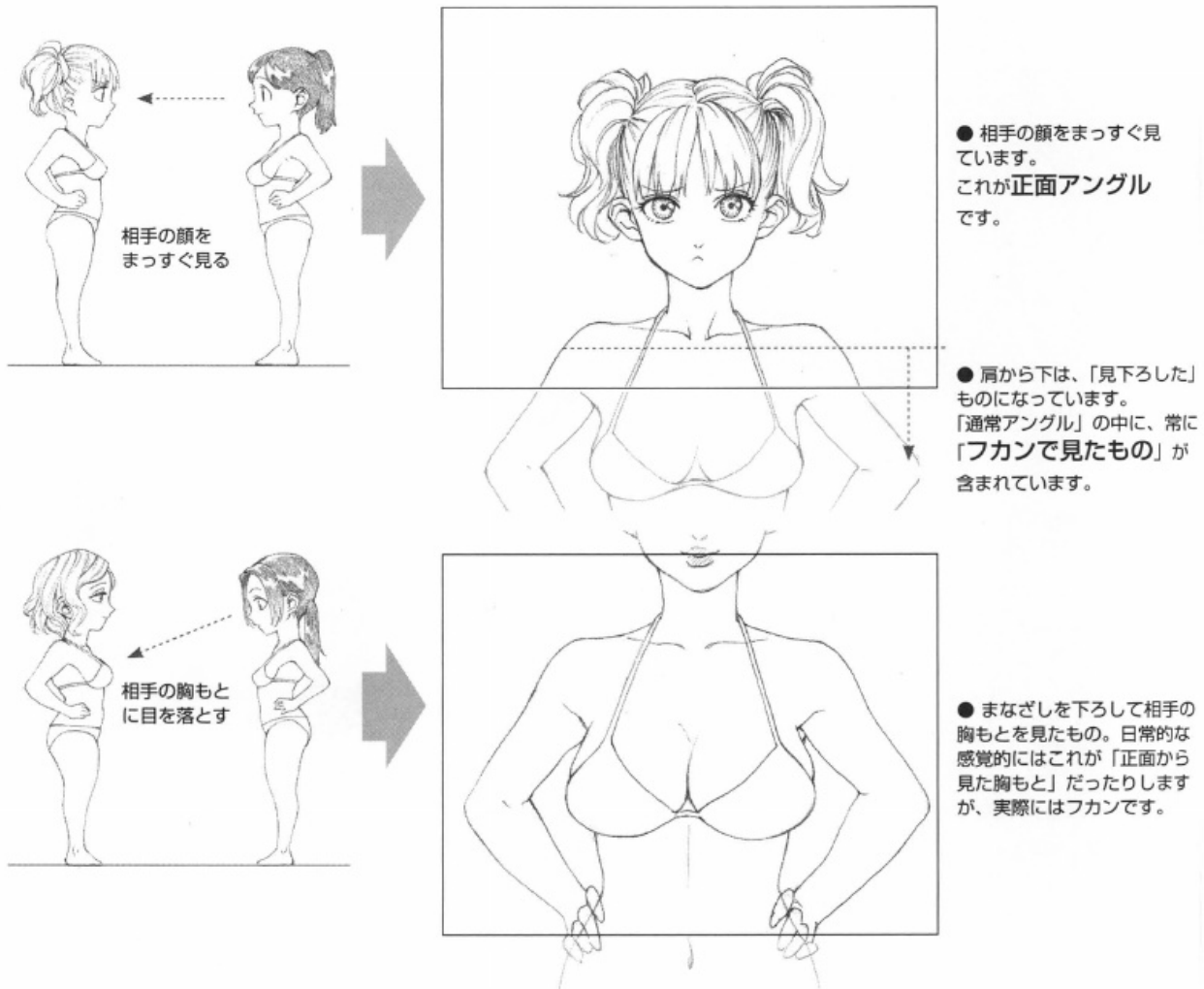
● まなざしを下ろして相手の胸もとを見たもの。日常的な感覚的にはこれが「正面から見た胸もと」だったりしますが、実際にはフカンです。

置いてあるジュース缶などは当たり前に見ている状態が、「フカンで見たもの」です。

「見上げる」や「見下ろす」が生じる構図

身長差

立つと座るの位置関係

見上げられる方は「アオリ」、見下ろされる方は「フカン」で見られています。

ポーズで見るアオリとフカン

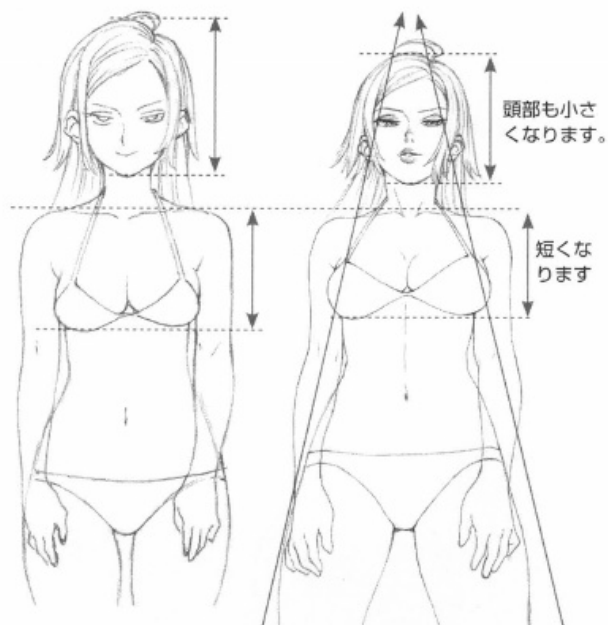
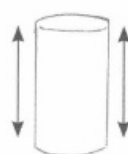
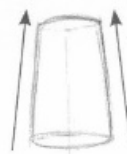
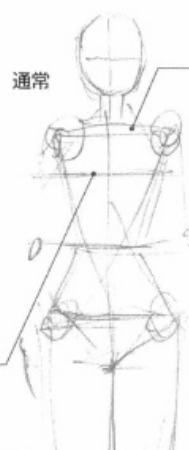
よつんばいのポーズ全体は「フカン」ですが、体そのものは、ナナメ後ろからとらえた「アオリ」です。

アオリのキャラ

見上げた構図です。ほんのちょっとのアオリでもキャラが大きく堂々とした感じになり、存在感が格段にアップします。「キャラを魅せるならアオリを使え」というくらい、キャラのアピール効果が高まります。

● 正面向き

通常のニーショットと比べてみると…

上に向かって細くなるイメージ

アタリで比べてみよう

胸もとをとらえるライン

横方向のアタリ線はほぼ水平か、やや下向きの曲線です。

横方向のアタリを全部、上向きの曲線でとりましょう。

● ナナメ向き

通常アングル

胴体を少し縮めて、下半身を大きくします

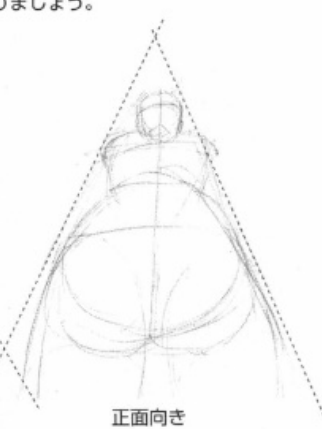
足もとから見たアオリ

キャラの足もと近くから見上げています。

ナナメ向き

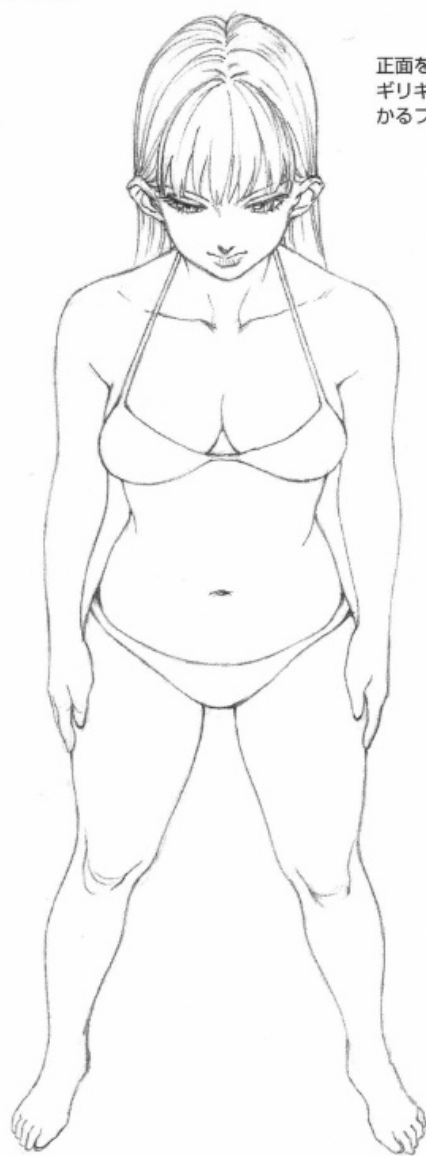
正面向き

アタリ

下を大きくし、頭を小さくします。下が広い三角形状にアタリをとりましょう。

ナナメ向き　正面向き

フカンのキャラ

アオリがキャラの存在感を強調する手法なら、フカンはキャラのインパクトを強めるための手法です。

● 正面

正面を向いていて、ギリギリ表情がわかるフカンです。

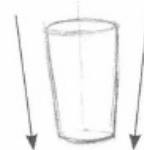
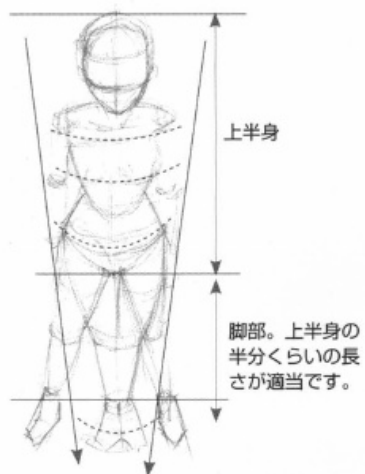
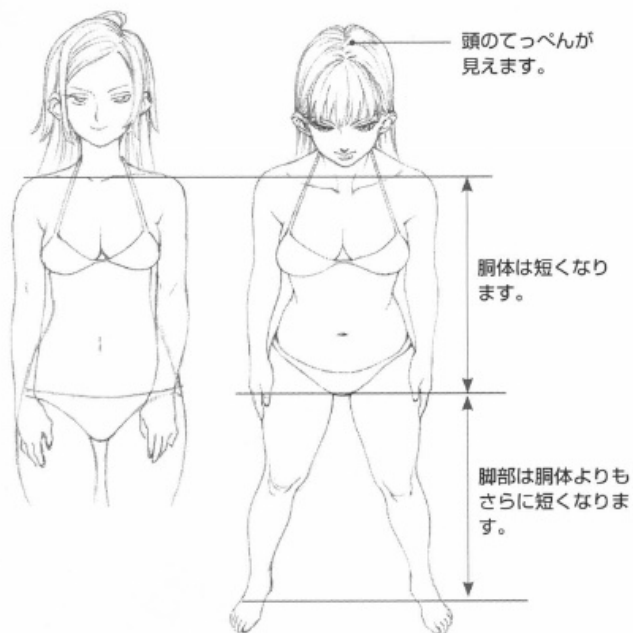
通常のニーショットと比べてみると ...

頭のてっぺんが見えます。

胴体は短くなります。

脚部は胴体よりもさらに短くなります。

上半身

脚部。上半身の半分くらいの長さが適当です。

下にすぼまる感じで描きます。脚を開いたポーズも、普通に脚をそろえて立ったイメージのアタリをとって描きます。

● ほぼ真上

参考：前かがみになって顔を上げたもの。

首や鎖骨、肩まわりは上から見たものとほぼ同じで、構造理解の参考になります。
胸もとの表情が真上からのショットとの大きな違いです（前かがみは、乳房が重力で下がった形になります）

● ナナメ向き

一見通常アングルのようですが、代表的なフカンショットの一つです。バストの魅力をアピールするキャラショットとしてよく用いられます。

トリミングしてみました。

アタリに学ぶ

体の上面。首のつけ根、鎖骨まわりをとらえましょう。

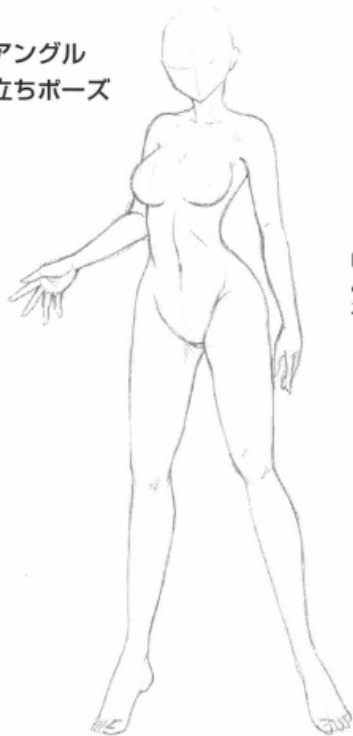
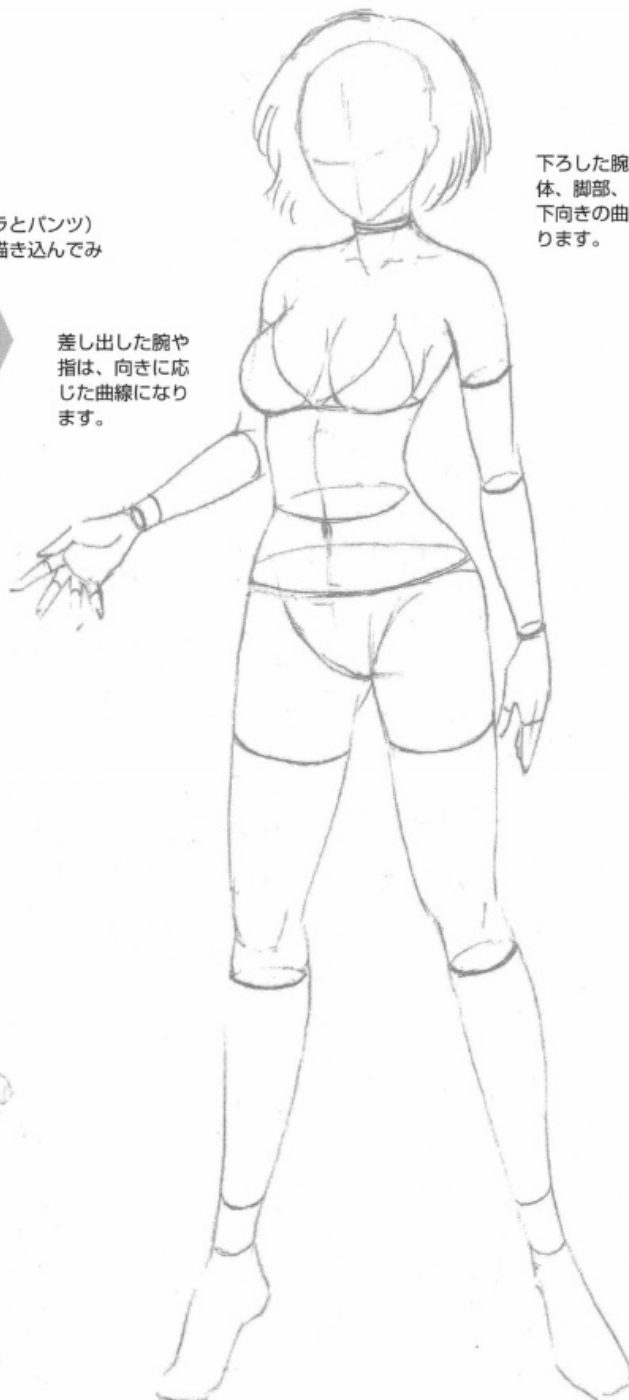
ポイント

ココに注意！

写真資料などのリアルな体は、ココが思った以上に長いものです。デザインしたキャラに応じて長さを調節して描きましょう（このキャラは短めにデザインしたものです）。

体の曲面を意識して描こう

セクシーキャラのボディは曲面

体の曲面をとらえましょう。シンプルな水着（ビキニ）のブラやパンツを描くことにより、体の肉感が生まれ、女のコキャラの存在感がより強くなります。

衣装や体にまとう装飾は、体の曲面にそっています。
また、体の曲面にそうようにつくられているのです。

曲面を意識すれば立体がつかめる！

ビキニによる立体感と作画

ブラとパンツは体の立体感（奥行き）や向き（アングル）をとらえる作画アイテムです。

通常アングル

作画の目安にするアタリの曲線はブラのアンダーバスト（乳房の下側）ラインと、パンツのはきこみ口のラインです。下向きにとらえましょう。

側面（奥行き）がはっきりします。

アオリ

上向きの曲線でアタリをとります。

布の少ないセクシービキニパンツのラインは、アオリでも上向きの曲線にならないものがあります。アタリの曲線を削るイメージでラインを整えます。

フカン

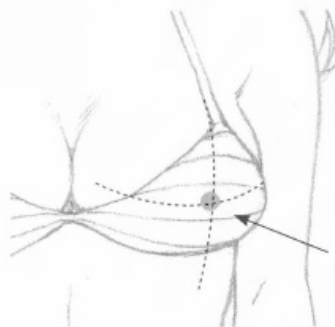
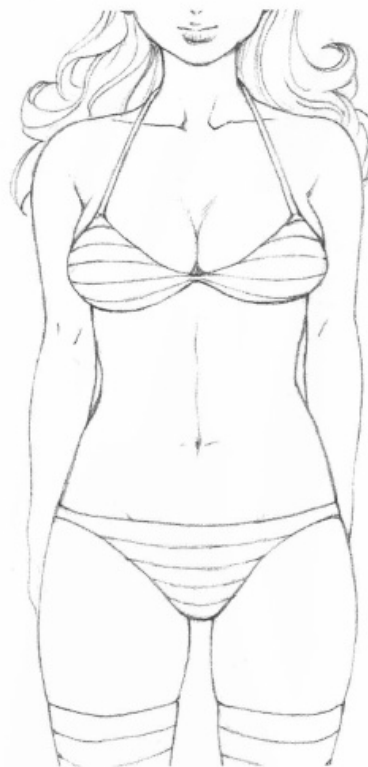
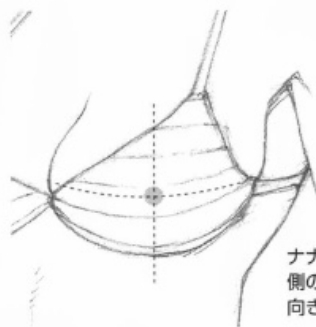
下向きの曲線です。

● 背面の場合（ラフデッサン）

アオリ気味…上向き　**通常…下向き**

同様にブラのヒモでアオリ気味・フカン気味をとらえます。

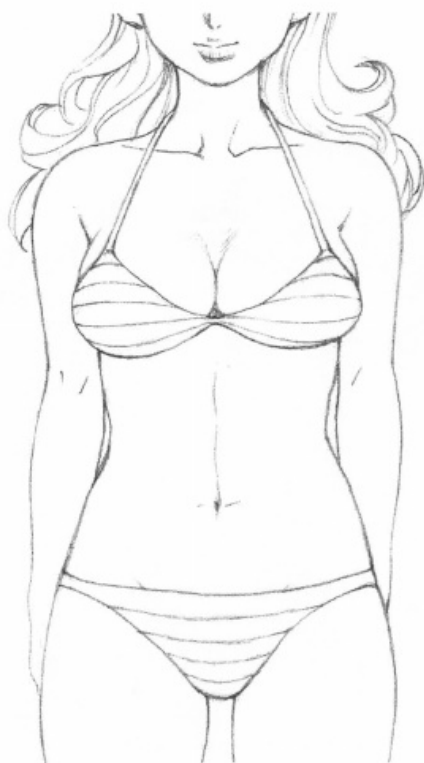
しましまビキニで見る曲面ライン

しましまビキニでキャラの立体感
（形・ふくらみ）をとらえましょう。

ナナメ向き

フカン
フカンは下ほど
曲線の曲がりが
強くなります。
アオリは上に行く
ほど曲線の曲がり
が強くなります。
アオリ

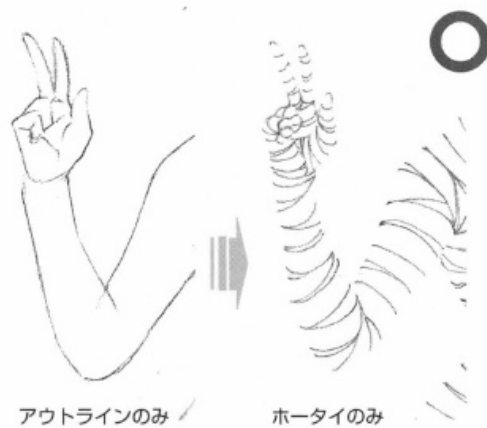
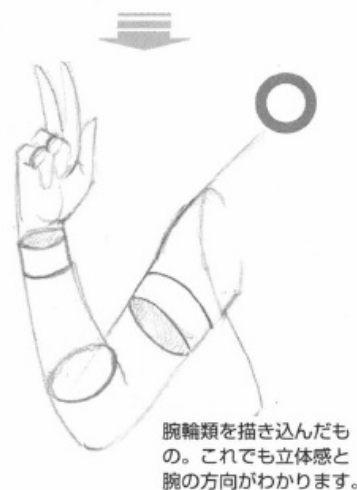
正面

横
フカン
通常アングル
アオリ

後ろ

ナナメ後ろ

ホータイキャラで曲面をとらえよう

胴体や手足に巻いた布の曲線を見てみましょう。
キャラを立体的に見せる…それが、曲線の威力です。

フカン

腕輪類を描き込んだもの。これでも立体感と腕の方向がわかります。

パンツ、ブラ、首輪、ニーソックス、腕輪、アンクレット、ソックスラインなどへの応用。

●これは避けよう！　失敗例

腕の向きを逆にとらえ、さらにめんどくさくなって、てきとーにやった。
→不気味な凹凸感になります。

腕の方向がわかんなくなって適当に腕輪を描いたもの。
→曲線の向きが逆。不自然な曲がり方に見えます。

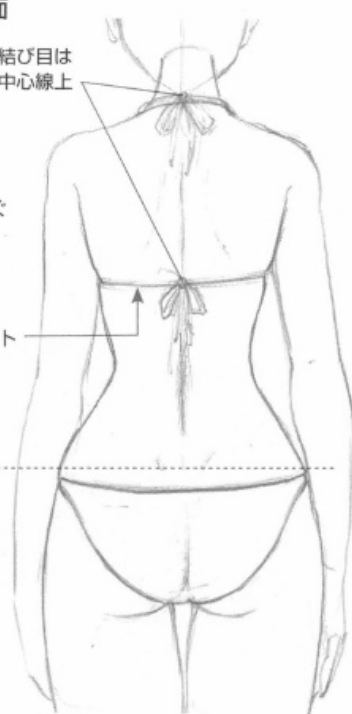
腕輪のつもりで直線で描き込んだもの。
→立体感がなくなり、なんだかわからなくます。

ビキニのブラとパンツを利用しよう

シンプルなラインで描くビキニのブラとパンツは、作画でパーツの位置や立体をとらえる上で役に立ちます。

ブラとパンツの演出

通常アングルも「ややフカン気味」に見ているものなので、アンダーバストは乳房の曲線でゆるやかなW状になります。

ヒモパンなど、リボンや結び目がつくところ。側面の中央よりやや前寄りです。

お尻の割れ目を隠すように、正面側よりも高くなっています。

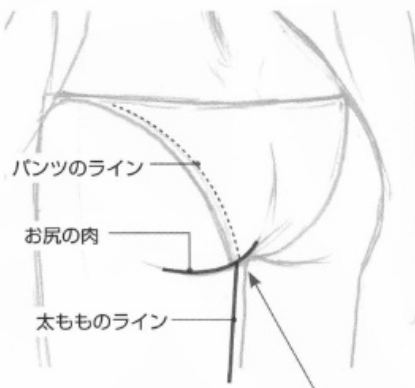
● デッサンに学ぶ

ブラをしていないと、乳房の形は変わります（ブラによって美しく補正されることも多いです）。作画ではブラを描かなくても、ブラをしている理想的なシルエットで描きます。

背骨のへこみのカゲは、腰のあたりに深く入ることが多いです。

ナナメ後ろ

お尻の肉に巻き込まれている場合

リボンを描いた場合。リボンの結び方やヒモの先端は様々です

原理的には、パンツのラインは太ももの線よりも内側になりますが、タイミング（生地や動いたあとの状態など）でいろいろあります。

パンツの設定

生地が少ないタイプのパンツ

バリエーション・もっと生地を減らしたタイプ

パンツ背面のバリエーション

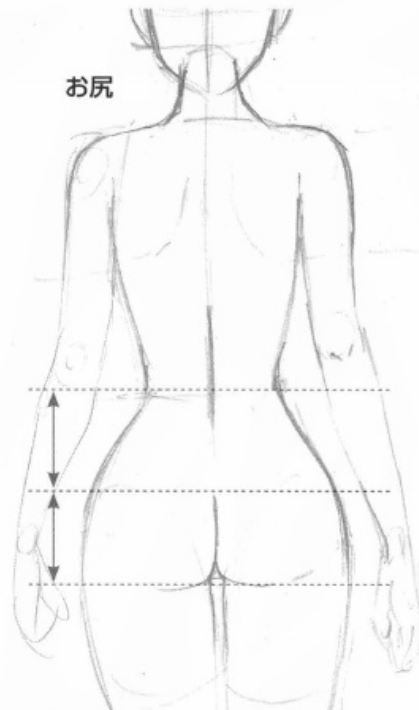
正面側が同じでも、背面のデザインは大きく分けて３タイプあります。

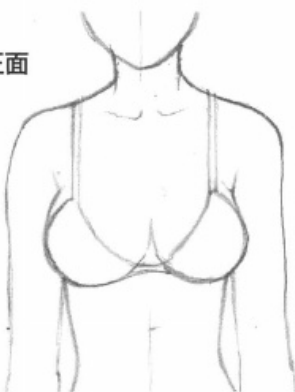
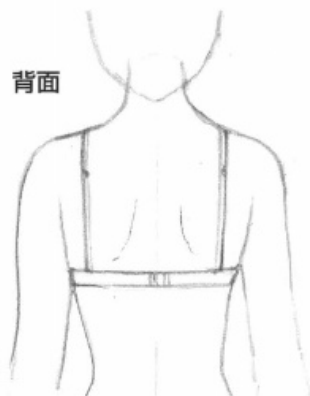
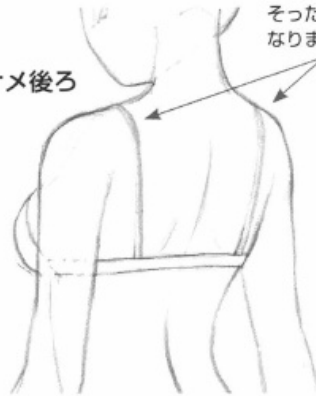
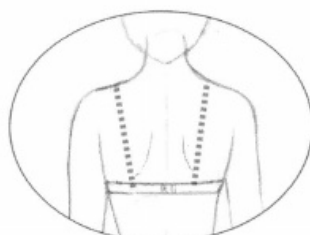
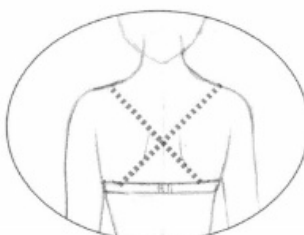
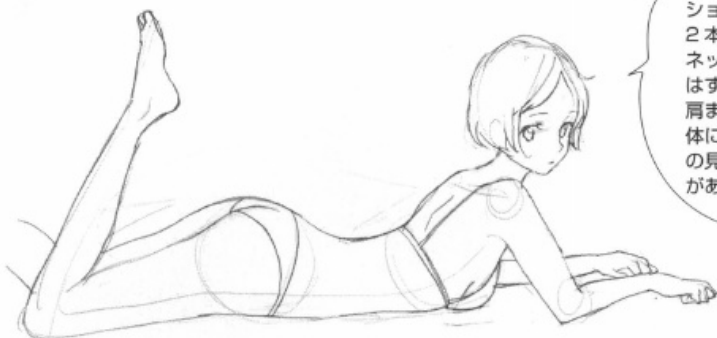
お尻を半分くらい覆うタイプ

お尻を大きく覆うタイプ

Ｔバック。前面の布も少ないものはヒモパンともいいます。

Ｔバックをベースにして、布を増やしてデザインしてもよいです。

お尻

お尻の割れ目の始まり位置は、腰と股の中間くらいです。

ブラのいろいろ

正面
ヨコ
サイドの部分はヒモ状のものもありますが、幅のあるものが主体です。
両肩にヒモがかかる、ショルダータイプのブラです。下着に多いタイプです。
背面
ナナメ後ろ
肩部分は体にそった曲線になります。
ナナメにつくデザイン
クロスするデザイン
ヒモが首の後ろにまわるものはホルターネックといいます。
布幅が広いスポーツタイプブラです。
ショルダータイプはたった2本の線なのに、ホルターネックよりも作画の難易度はすごく高いの。肩ヒモが肩まわりから背中にかけて体にそっているので、背中の見え方を考えて描く必要があるんです。

第２章

セクシーキャラのパーツを学ぼう

頭部

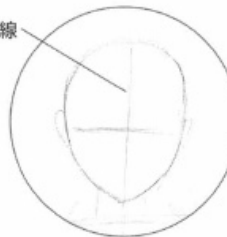
ボディとセットでとらえて描こう

顔の基本

顔は頭部の一部分です。アングルや傾きなどで変化する様々な表情が表現できます。

正面向き

目の形や大きさが左右対称になるように描きます。

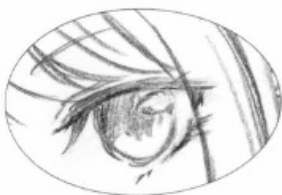
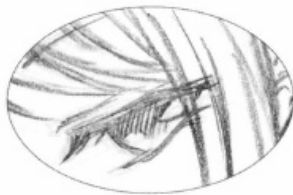
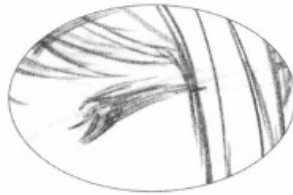
顔面のアタリは十文字

頭部のアタリ。顔の向きや角度（やや上向きか、下向きか、まっすぐか、など）のイメージをつかみます。

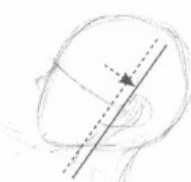
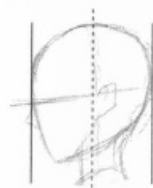
● ボディデッサン

頭部と一緒に体をデッサンします。簡単なポーズでスタイルを設定しましょう。

● 表情バリエーション　目の形の変化に注目しましょう。

ナナメ向き

左右の目の大きさが変わります。

横顔

向こう側のまつ毛を描き、手前の目は鼻スジから離し気味にしてデフォルメします。
通常の横顔。鼻スジと目の間の距離を比べてみましょう。
耳の位置もやや後ろにとっています。
通常の横向き。耳の位置は頭部のほぼ中央が基点です。
● 表情バリエーション
瞳をこちらに向ける。流し目ふうになります。
ふせ目
目をつむる
片ヒジをついて横になる。真横より、ほんの少し顔をこちらに向けた微妙な角度です。

真横からほんの少し顔をこちらに振った頭部のデッサン。中心線のアタリを顔のりんかくギリギリに近づけます。

ほんのちょっとこちらを向く。向こう側の目がわずかに見えています。

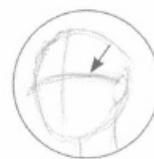
頭部と首のつながりをとらえる構造デッサン。ややアオリです。

横になっているポーズのデッサン。

アングルと顔

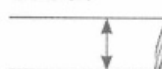
アオリはアゴから口までの距離が長く、フカンは短くなります。
同様にヒタイにも注目しましょう。

アゴから口までの距離を広くしましょう。ヒタイから上の頭部の面積が小さめになります。

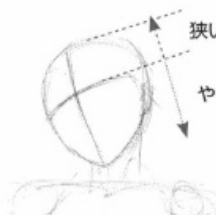
アゴの下が見える場合

横線を」向きの曲線にするとアオリになります。

頭部・アゴと首とのつながりをとらえましょう。

構造デッサン

目と口の間が短くなります。

上を向くにつれて、目は細くなります。

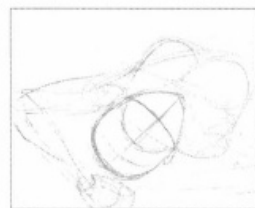
ほぼ横顔に近いアングルです。

アゴの下が見えない場合

フカン

アオリ気味の顔と逆に、口からアゴまでの距離を短めにしましょう。

上から見たポーズに限らず、「頭部の側から
とらえたショット」はフカンが多くなります。

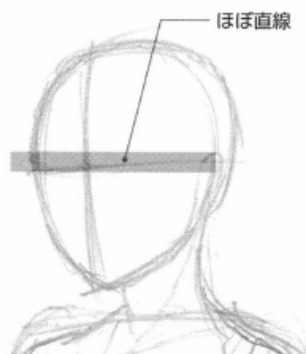
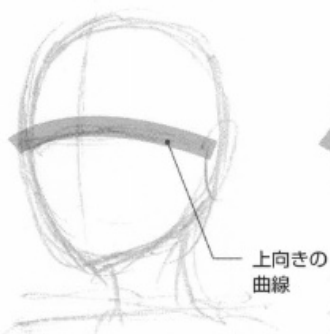
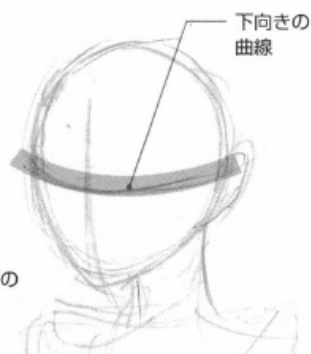
典型的なフカンのショット。「上を向いた顔」ですが、フカンの顔です。

構造デッサン

顔をこちらに向けない寝姿
少し顔をこちら
に向ける
構造デッサン

コラム　作画の実践　～「微妙」が生み出すムード～

アオリやフカンの特徴を利用して描く「微妙なアングル」が、キャラの表情を多彩にします。

ほんのちょっとでも変わってしまう
＝ほんのちょっとで変えられる

ナナメ向きを描いたアタリですが、横の線を下向きの曲線で描いたことにより、「フカン気味の顔」になります。

横の線がほぼ真横。アオリでもフカンでもないナナメ向きのアタリ。
真正面や読者をまっすぐを見つめている感じを出したい時などに有効です。

アオリ気味のナナメ向き。
「気持ちアオリ」…なんとなく明るいムードを出したい時などに有効です。

フカン気味のナナメ向き。
「気持ちフカン」…なんとなく暗い気分やアンニュイなムードなどに有効です。

「普通のナナメ向き」のつもりでも自分の好みや描き癖として、実は「ややアオリ気味」や「ややフカン気味」になっていることがあります。
顔の横線の傾きを積極的に利用することで、同じ「ナナメ向き」でもバリエーションが増えます。微妙なニュアンスを出したい時に、試してみましょう。

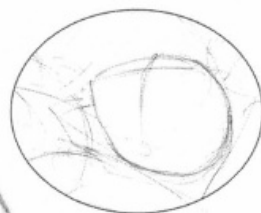
伸びやかに寝そべる

ほぼ直線

● 表情バリエーション

ふせ目がちのまなざし

目をつむる

ウインク

くつろいで座る
気持ちアオリ
気持ちフカン
横になる

上胸部

首・肩のつながりを学ぼう

基本のバストショット

頭部から首、そして肩へのつながりをとらえましょう。上胸部のシルエットと立体を意識した作画には、僧帽筋（そうぼうきん）と鎖骨（さこつ）が重要です。

首まわりをとらえるポイント
僧帽筋（そうぼうきん）**と鎖骨**（さこつ）

● **構造**

肩ライン（両肩をつないだもの）

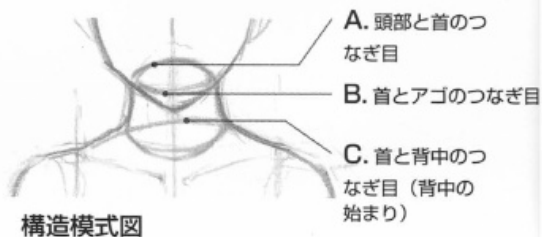
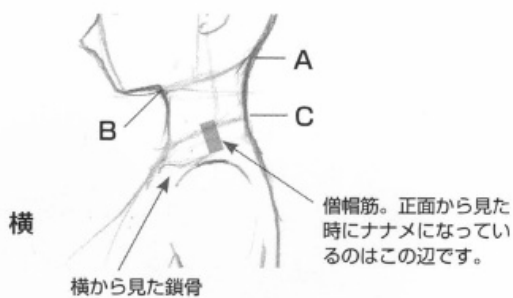
首

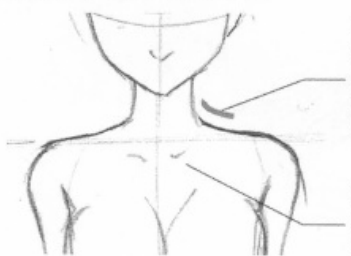
首筋

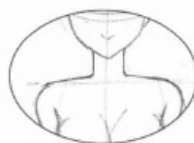
僧帽筋

腕のつけ根

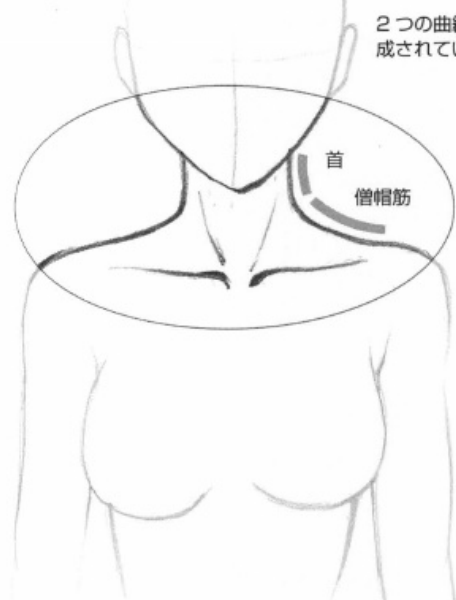
正面

首筋と鎖骨の端はつながっています。

鎖骨は肩の上につながります。

首の細いキャラにする場合

首と胴体のつながり部分を、ほんのちょっとだけでも曲線にしましょう。僧帽筋の表現によって、キャラに立体感が出ます。

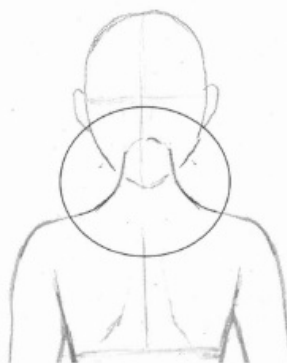
鎖骨は一部を描き込む程度にしています。省略してもOKです。

僧帽筋を意識しないで、直線的に首と胴体をつないだ場合。平面的なイメージになります。

首のシルエットの変化

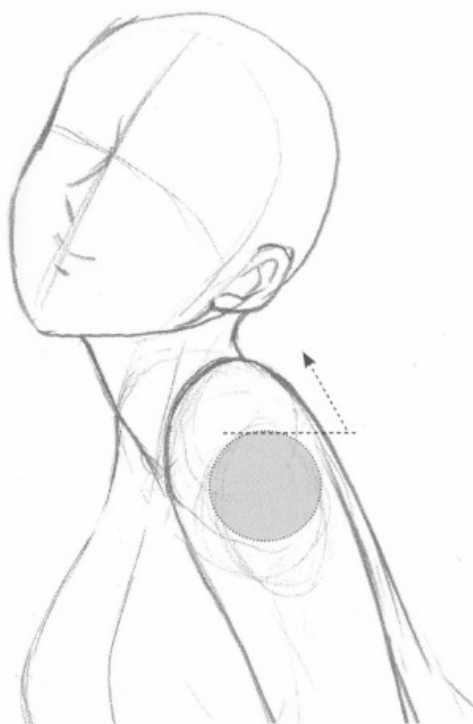
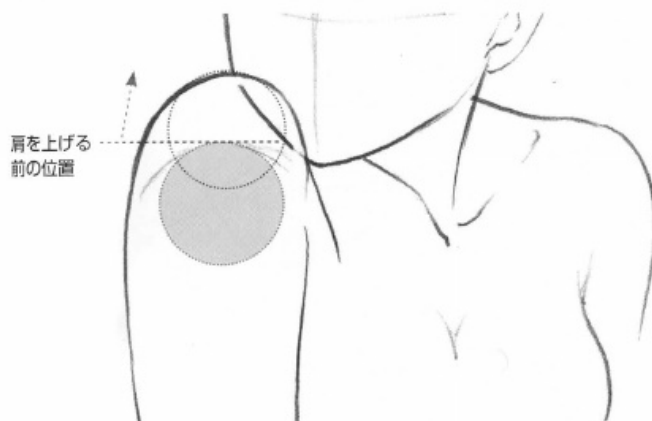
● 体が正面向きの場合

●フカン　首と胴体のつながりが直線的に見えるケース

アングルのせいで、僧帽筋のナナメのラインは見えなくなっ
ています。そのため、首と胴体の繋がりのシルエットは見慣
れたものと異なったものになります。

フカンで見る首まわり

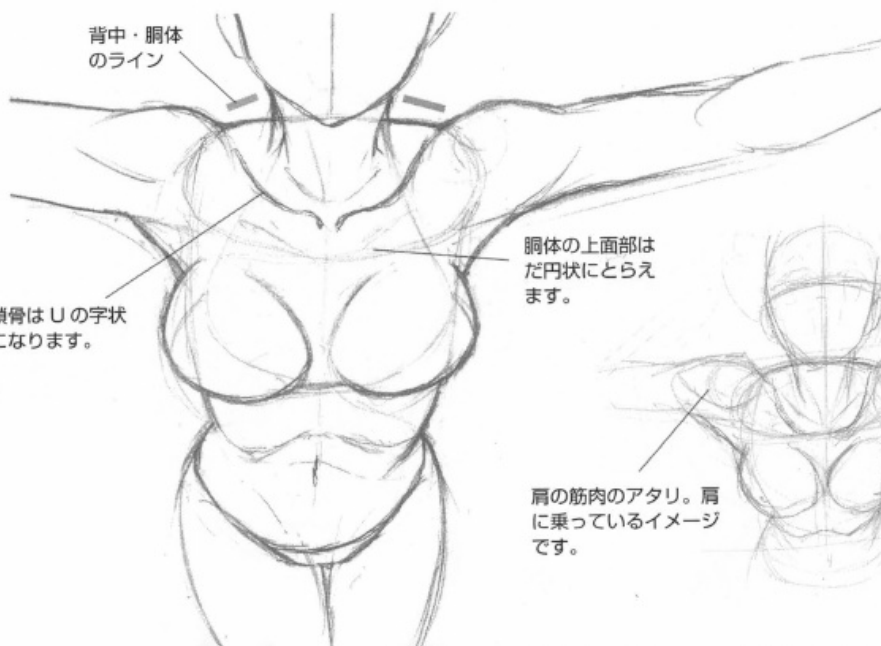
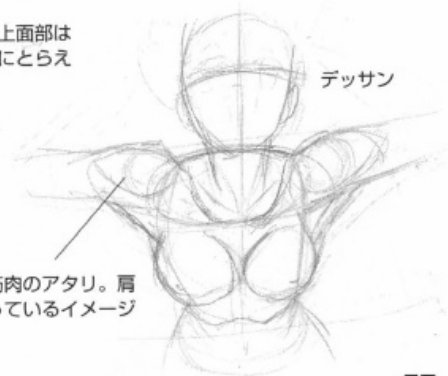
● 背面から見た首肩まわり

首と肩のポーズ

肩を上げる

普通にしている時（肩を上げてない時）の
肩の位置をとらえて描きます。

首・鎖骨・肩の表情に注目しよう

鎖骨は胴体の上面部の目安になると同時に、肩や首の動き、アングルで見え方が様々に変わります。首・肩とセットでとらえましょう。

● 鎖骨と肩のつながりに注目のポーズ

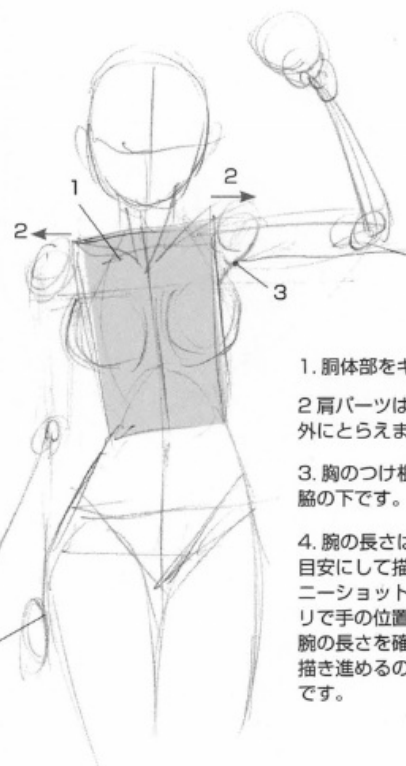
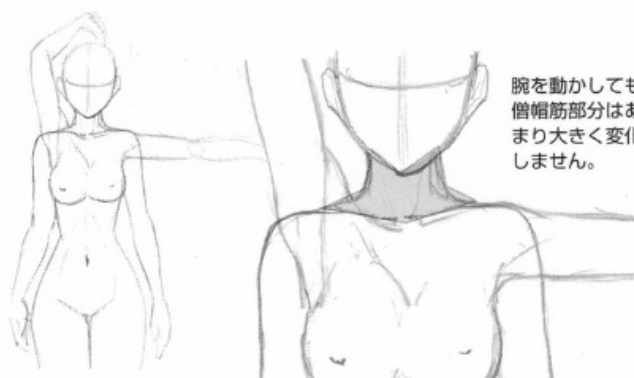
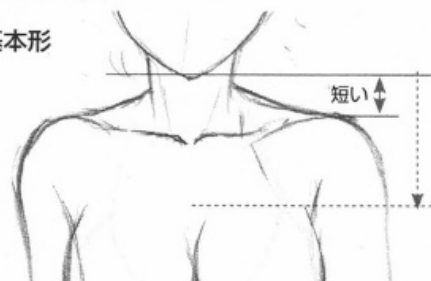
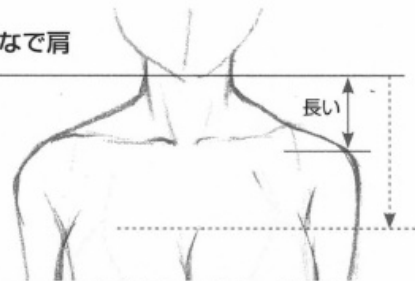
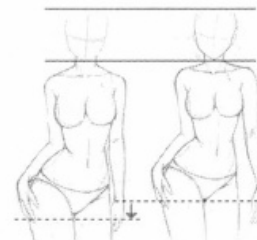
● フカンでとらえるポーズ
胴体の上面部と肩のラインに注目
正座ポーズ
僧帽筋のライン
肩部分
背中・胴体
のライン
肩部分
背中・胴体
のライン
肩部分
鎖骨はゆるやかな
曲線を描きます。
デッサン
胴体の上面部を
とらえます。
ヒザに手をあてて
前かがみ
両手を大きく広げて寝る
背中・胴体
のライン
胴体の上面部は
だ円状にとらえ
ます。
鎖骨は U の字状
になります。
デッサン
肩の筋肉のアタリ。肩
に乗っているイメージ
です。

● 腕で体を支えるポーズ

上がった肩にひっ
ぱられるように鎖
骨が動きます。
胴体をとらえ
るのがポイン
トです。
鎖骨が肩の関節
より後ろにまわ
り込んでいます。
大づかみなアタリ。
頭部と肩の角度を決
めています。
鎖骨が首まわりに独
特のくぼみを生み出
します。
デッサン。普通のポーズ・
通常アングルと同様に、
V 字状に鎖骨のアタリを
とって OK です。
頭部
上胸部
肩・腕
肘
腕
手
胸部
腹部
背中
臀部
股間部
脚部
足

支えているだけでは、鎖骨はあまり大きな変化はありません。
力が入り、大きく乗り出した動き。大きなくぼみになり、鎖骨も太く浮き出します。
普通に体重を支えている場合。鎖骨のVは緩やかです。
両肩が上がっている場合。鎖骨は深いV字型になります。

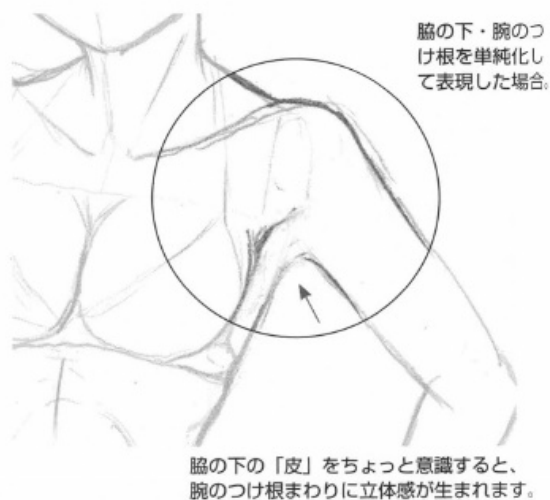
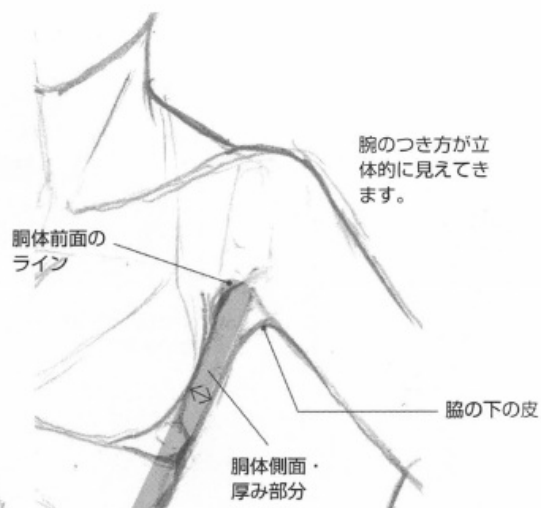
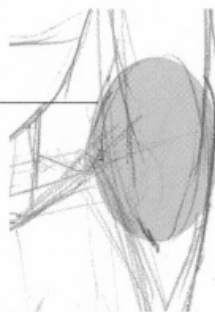
肩・腕

肩と腕のつき方を学ぼう

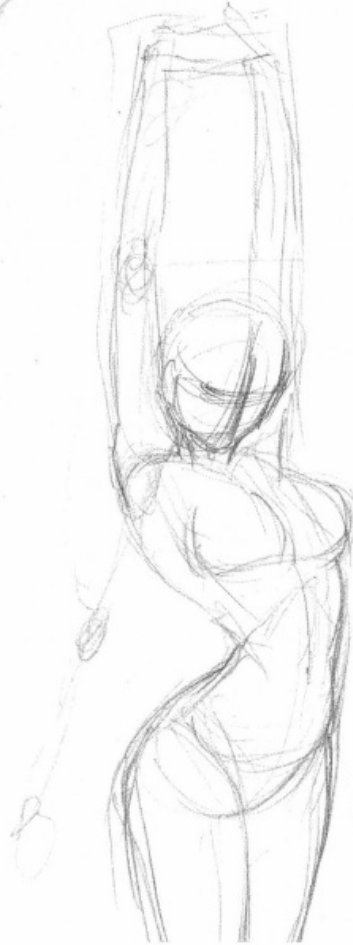
肩まわりの描き方

※なで肩の首の長さに合わせて、首はやや短めに描いてあります。

なで肩は上胸部が長くなるので、胴長気味にした方がバランスが良くなります。

● 腕の線はどの辺から描くか
正面側
腕のつけ根部分
腕のつけ根から外側
に向かいます。
背面側
ほぼまっすぐ上に
切れ込んでいます。
切れ込み位置
の目安
リアルな体では
もっと下です。
普通に腕を下ろしてい
る時、背中側の腕のつ
け根部分が、外に向け
て切れ込んでいること
はありませんが、絵的
には OK です。
● 腕のつき方
正面
腕のつけ根の構造
①
②
③
① 胴体・胸部の線
② 腕が下に入り込む（刺
さっているイメージ）
③ 背面からのライン。
脇の下まわりのアウト
ラインをつくります。
背面
脇の下のライン、つながりがしっかり描かれている場合。
腕のつけ根が太く見えます。
腕
胴体部
胴体と腕のつな
ぎ目部です。皮
が伸びて、この
シルエットをつ
くります。
省略表現
背面
脇の下の皮のたるみを少
しにすると、ほっそりし
たものになります。
フィギュアや CG のような印象に
なりますが、スタイリッシュなシ
ルエットが生まれます。

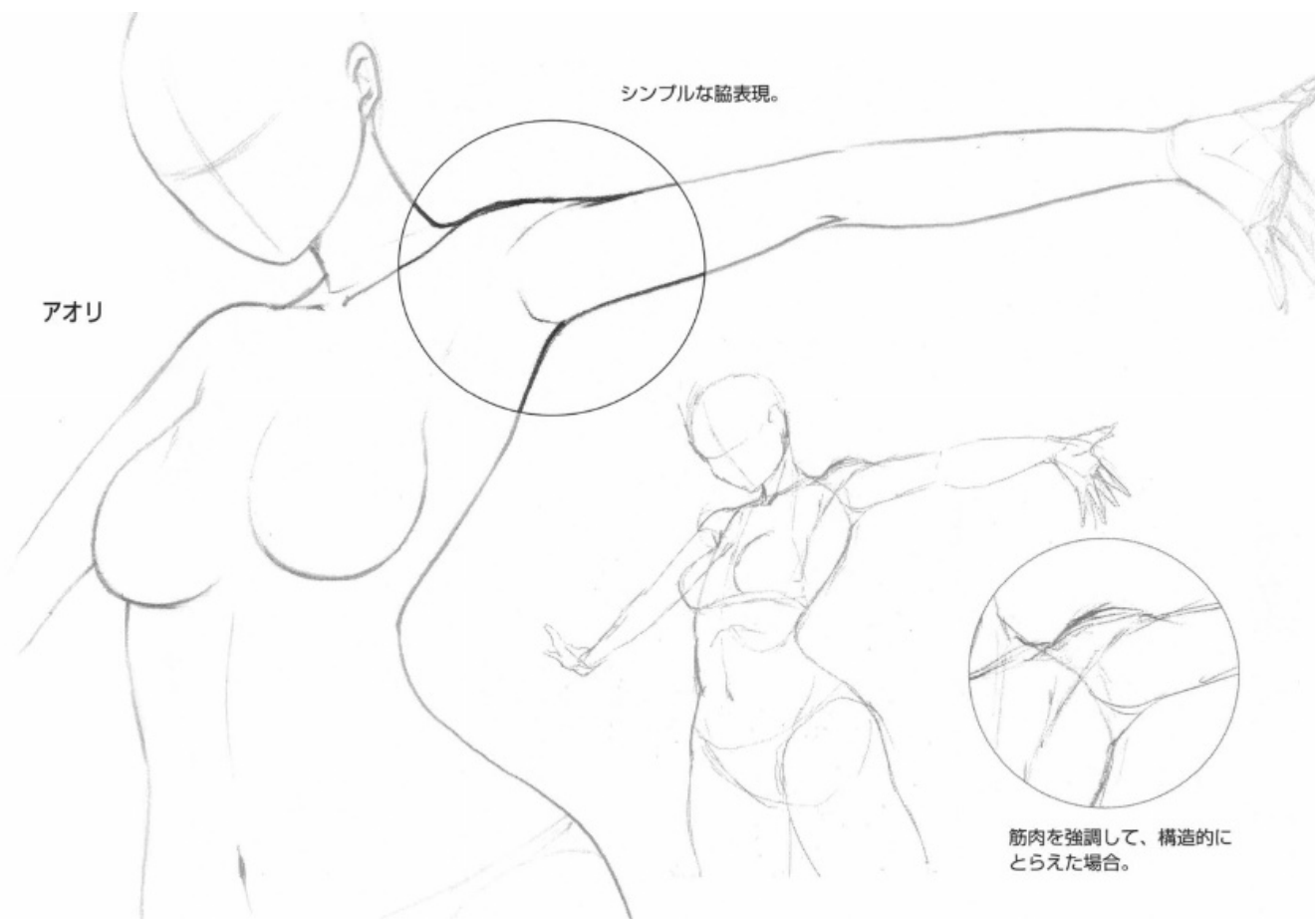
肩と腕のポーズに学ぼう

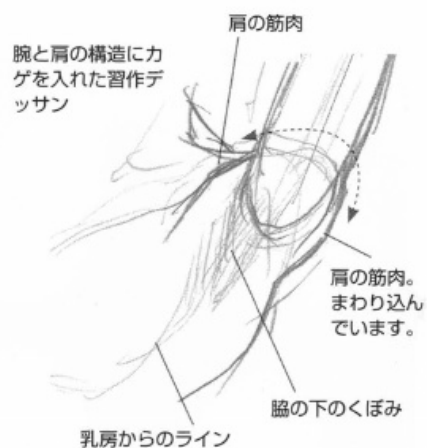
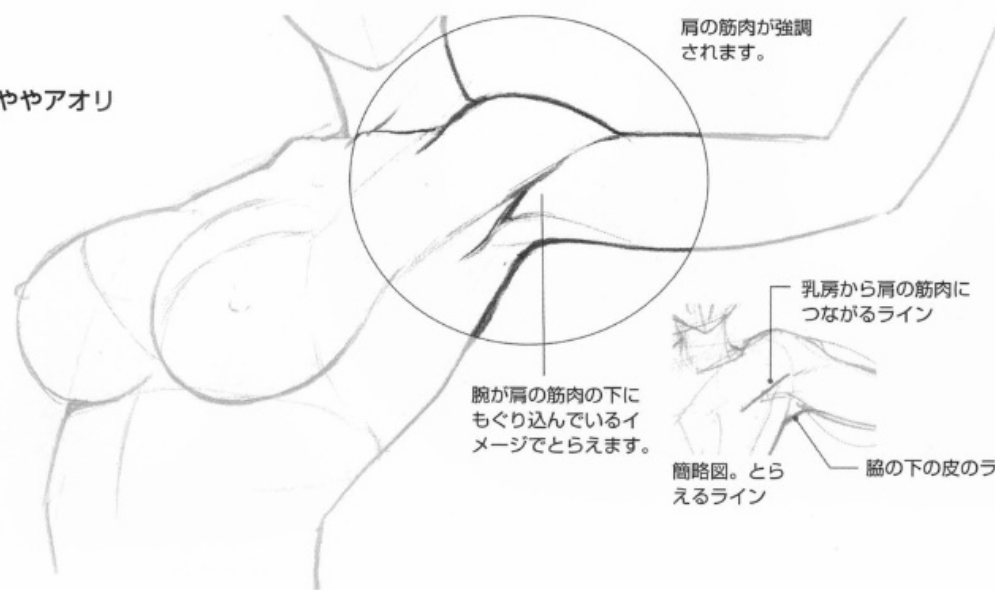
立ちポーズ・肩の形と脇表現

真正面アングル
乳房が手前にあるので、
正面から腕のつながり・
脇の下が隠れます。
肩幅が広い、背筋が発達している場合な
どで、腕のポーズによっては脇部分が見
えることがあります。
デッサンのポイント
肩の筋肉のイメージを
だ円状にとります。

腕を上げるポーズ

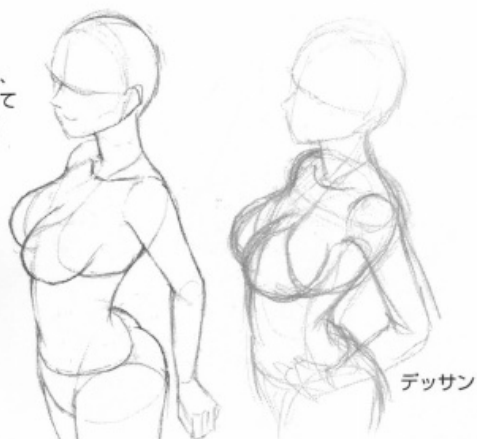
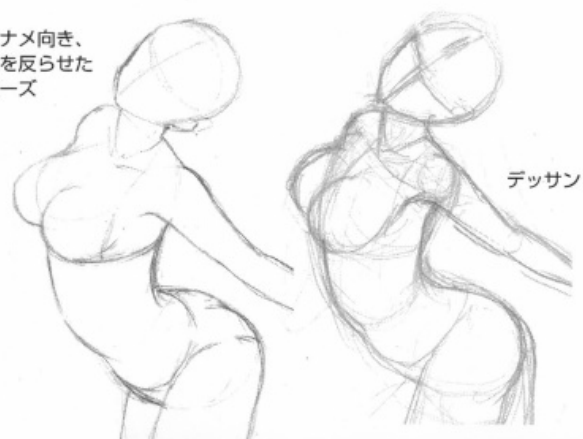
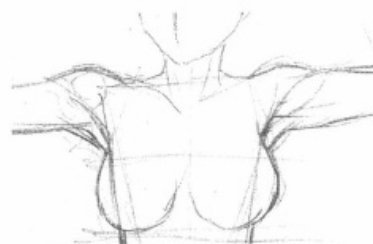
● バンザイ

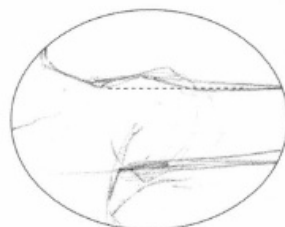
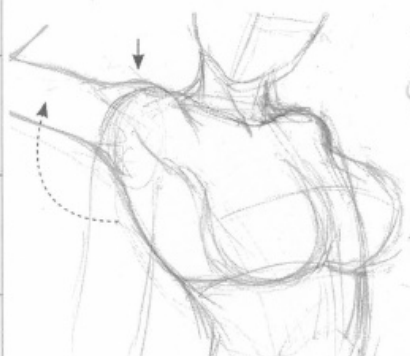
やややアオリ

● 伸び
通常アングル
フカン
デッサン
左右のヒジ位置を
とらえる目安の線。
フカンのデッサン。頭部や
胴体の上面部をキメながら、
腕のアタリを描き込みます。
肩を描き込む前
に、胴体をハッキ
リさせます。

腕のつけ根を見てみよう

胴体に円柱状の腕がついているイメージです。

シンプルな脇表現。
アオリ
筋肉を強調して、構造的にとらえた場合。
デッサン
フカン
つけ根っぽく見せるための、シワの演出表現。小さめのカットや体と腕の立体感を強調したい時は、こうした表現もOKです。

ややフカン
腕を下ろしたラフを
描いて、腕のつけ根
や、肩まわりの構造・
雰囲気をとらえなが
ら作画します。
このアングルは、とらえ
られる脇の下の起伏・筋
肉ラインはわずかです。
肩の筋肉
腕と肩の構造にカ
ゲを入れた習作デ
ッサン
肩の筋肉。
まわり込ん
でいます。
腕を上げる前の状態
脇の下のくぼみ
乳房からのライン
肩の筋肉が強調
されます。
ややアオリ
乳房から肩の筋肉に
つながるライン
デッサン。腕のポーズ
をつける前に、胴体に
こだわりましょう。
腕が肩の筋肉の下に
もぐり込んでいるイ
メージでとらえます。
簡略図。とら
えるライン
脇の下の皮のライン
頭部
上胸部
肩・腕
肘
腕
手
胸部
腹部
背中
臀部
股間部
脚部
足

肩の形に注目しよう

肩の位置、腕の
付け根部分
肩の筋肉の曲線が
美しく出るポーズ
横向き。通常
アングルです。
腕を下ろしている時のヒジと手首
の位置。腕のポーズは腕の長さを
確認しながらデッサンします。
● フカン
肩の筋肉の丸みがほと
んどで出ない合。
腕の動きに応じて、
肩の筋肉の丸みが出
てきます。
ナナメ向き、
腕を下ろして
立つポーズ
デッサン
ナナメ向き、
胸を反らせた
ポーズ
デッサン

肩の筋肉

デッサン。肩の筋肉と胴体のアタリのつながりをとらえましょう。

腕を主体にとらえ、肩の筋肉をほとんどつけない場合。

デッサン

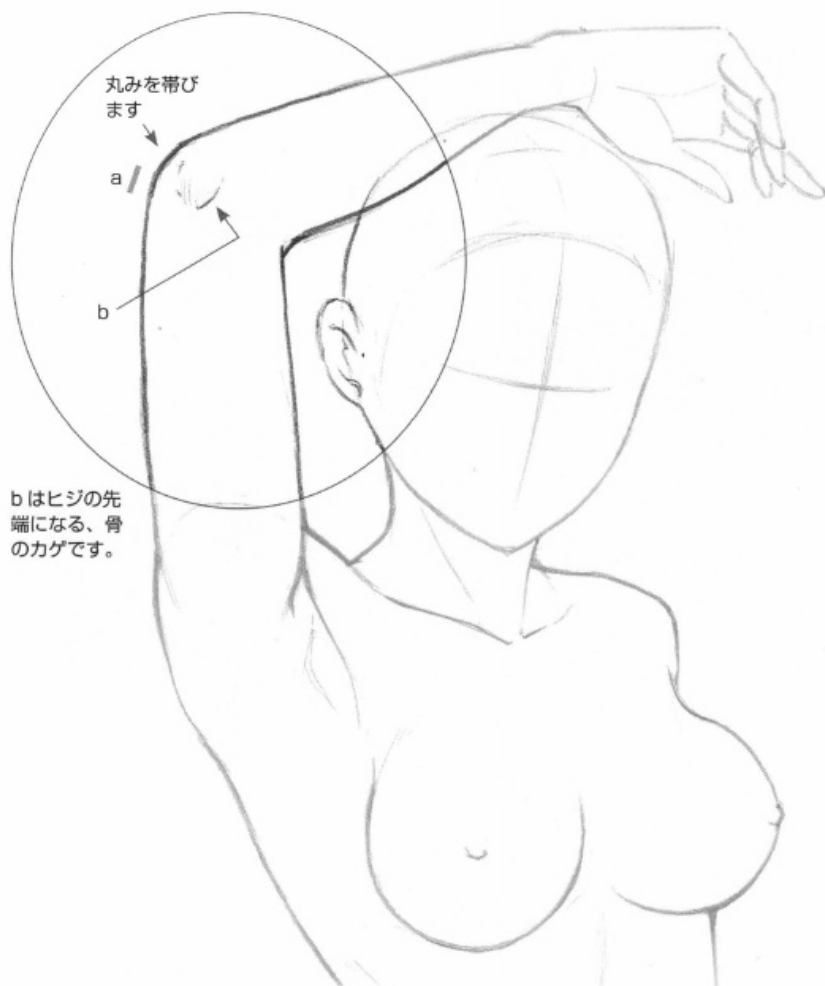
デッサン。肩の丸い位置は、腕を下ろしている時より少し上がります。

ヒジ
ヒジが外に開いている
場合（腕が斜め方向に
上がっています）。肩の
筋肉のまわり込みは見
えません。
腕を下ろしている状態に重ねてみたも
の。鎖骨の変化にも注目しましょう。
肩のつき方をとらえ
るラフデッサン
フカンのデッサン。ポ
ーズを描く前に肩のつ
き方や胴体の確認で描
く習作デッサンです。
ヒジ
ヒジを閉じている場合。
肩の筋肉が見えてきます。

肘 （ヒジ）

ポーズ別にヒジの形を観察しよう

ヒジの作画

ヒジを突き出したポーズを中心に、ヒジの形やヒジの表現を見てみましょう。

d

c 正面を向いている
骨の下部

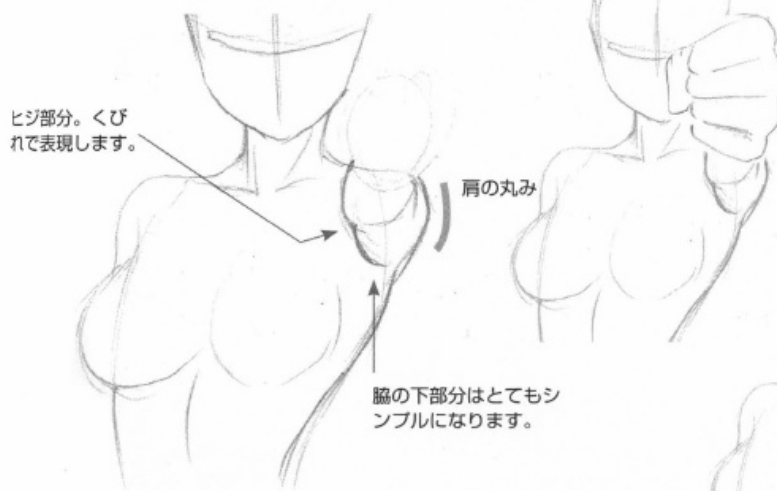
ヒジの先端部
のアタリ

表現バリエーション。
簡略タイプ

d

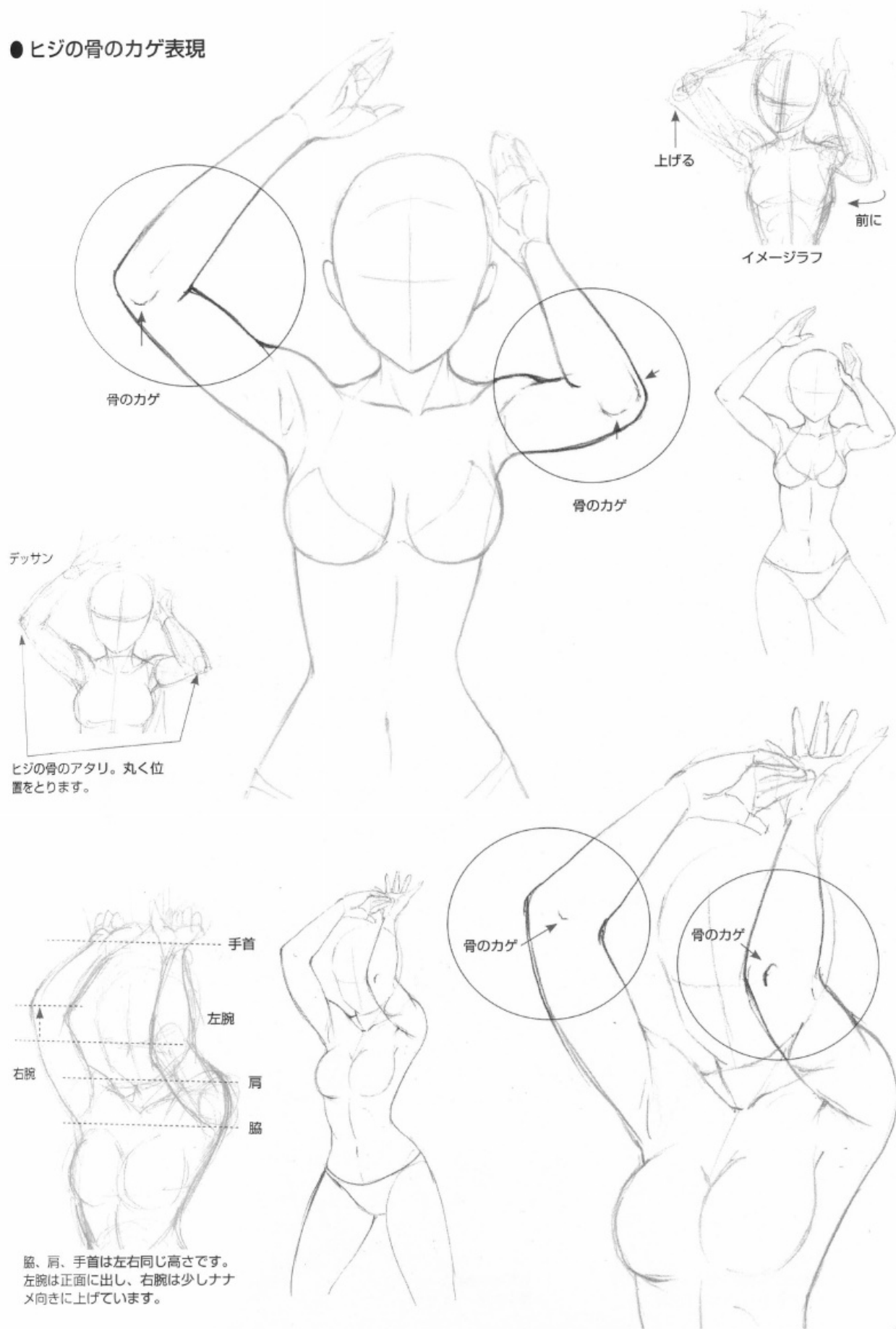
c

表現バリエーション。
ヒジの硬さを強調し
たい時。

腕を前に突き出した時の脇とヒジ

手前に突き出された手を描く時は、手を顔のサイズくらいに描くと迫力が出ます。
（遠近表現・広角レンズ効果）
ヒジは見えなくなり、腕の「くびれ」部分として表現します。

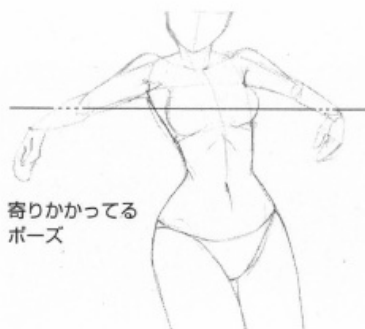
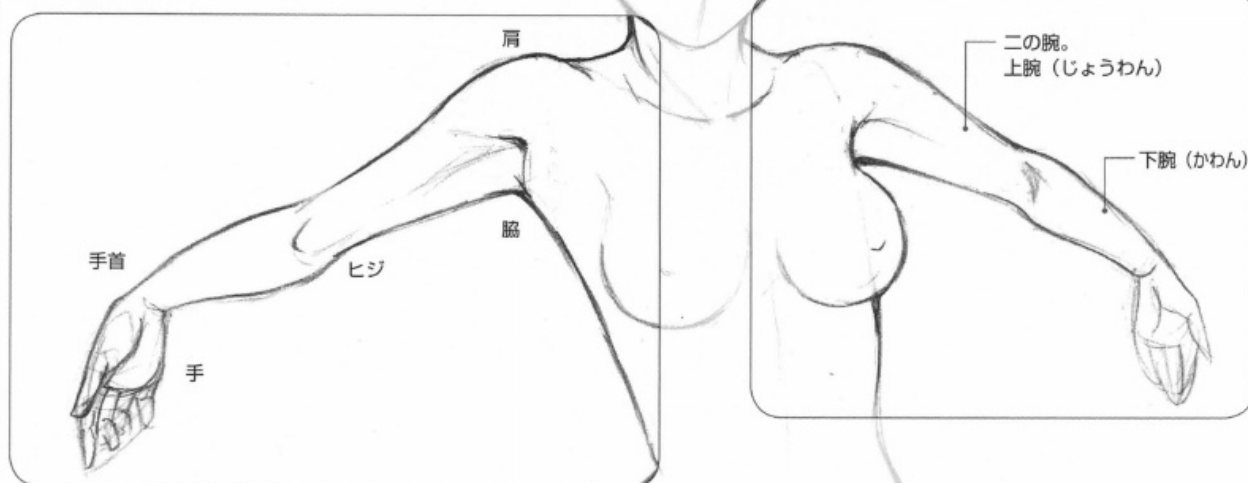
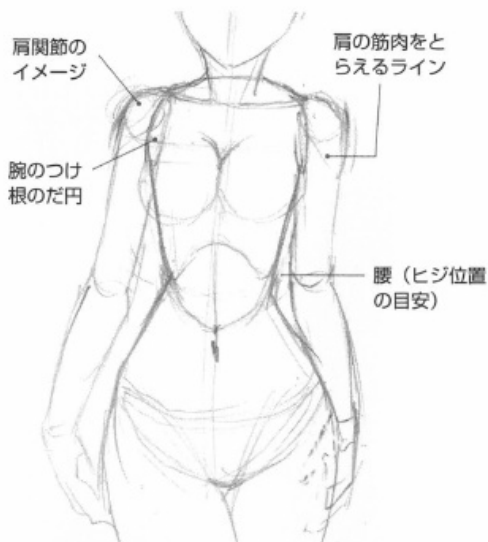
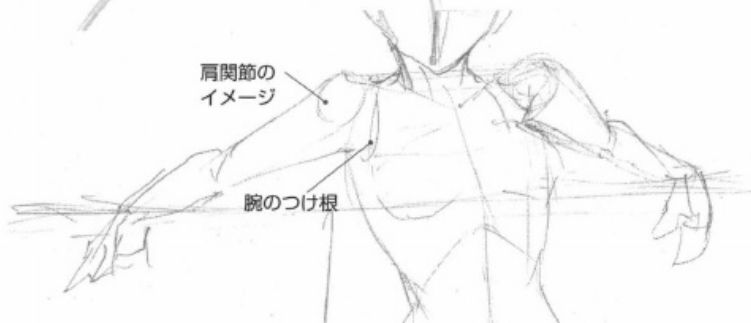
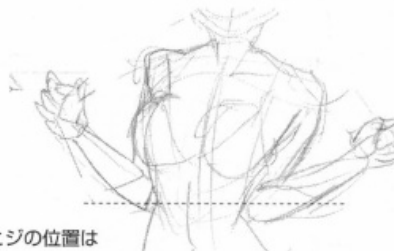
● ヒジの先端に丸みを意識して
描くと良いポーズ
アタリ。頭と体
を描きましょう。
上がる
腰の位置。腕
を下ろすとこ
のあたりがヒ
ジの位置。
ヒジの位置を修正しながらデッサン
● ヒジの先端を尖らせるイメージで
描くと良いポーズ

●ヒジの骨のカゲ表現

上げる
前に
イメージラフ
骨のカゲ
骨のカゲ
デッサン
ヒジの骨のアタリ。丸く位置をとります。
手首
左腕
右腕
肩
脇
脇、肩、手首は左右同じ高さです。左腕は正面に出し、右腕は少しナナメ向きに上げています。
骨のカゲ
骨のカゲ

腕

美しい腕のラインを描こう

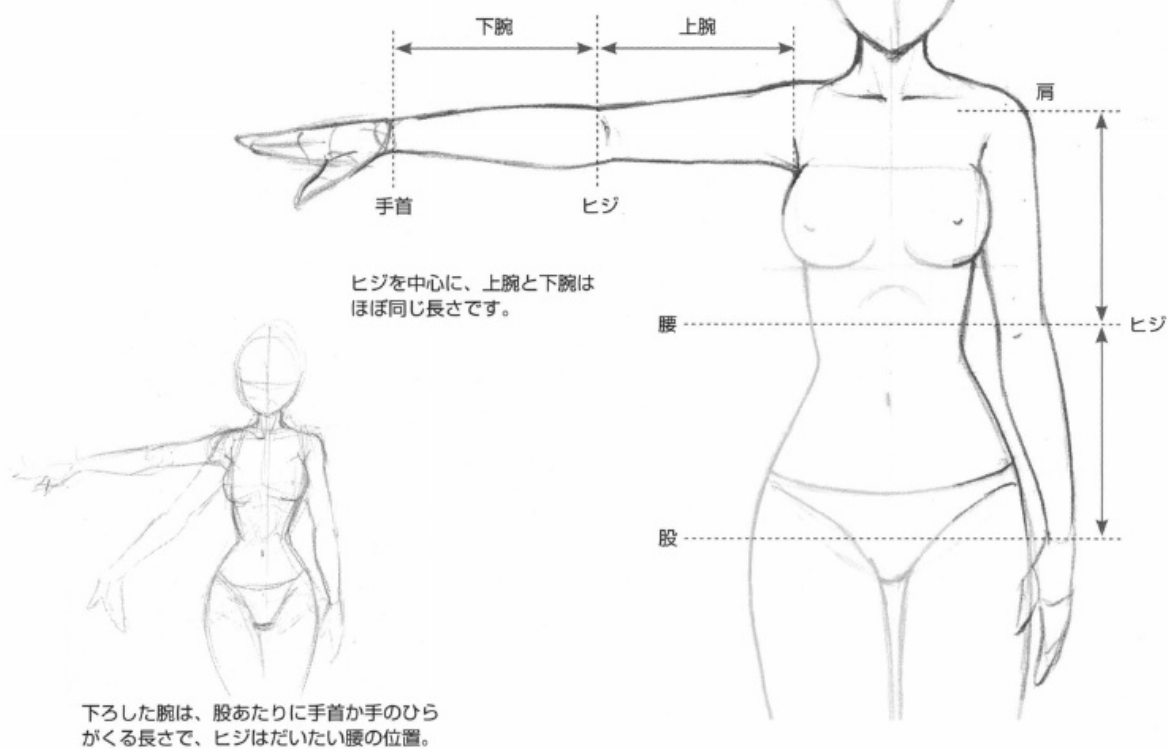
腕の作画

腕を構成するパーツと名称

肩と上胸部の構造を基盤にして描かれたボディデッサン

ヒジの位置は腰あたり

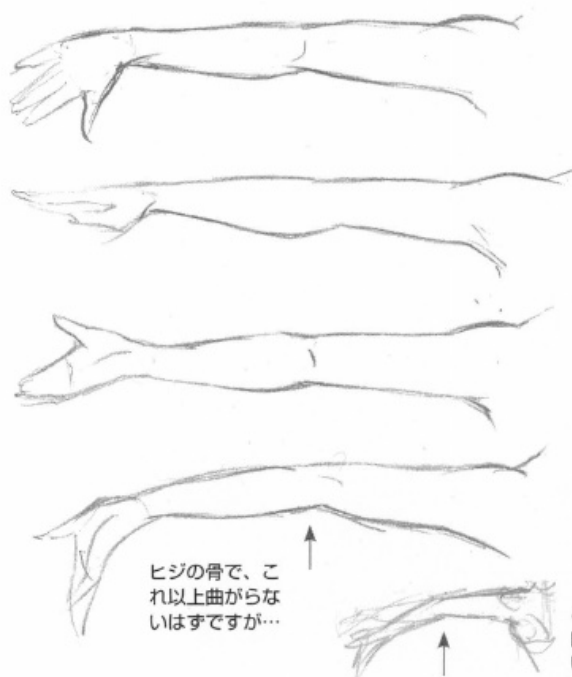
胴体や腕の長さのデザインしだいでは、理屈通りに描いてもバランスが変に見えることがあります。

長さとラインの特徴

一般的な、胴体と腕の長さの関係

下ろした腕は、股あたりに手首か手のひら
がくる長さで、ヒジはだいたい腰の位置。

● 腕のラインの変化

横に伸ばした腕。手のひらの向きに応じて、
腕のラインは変わります。

肩、ヒジ、手首の位置を
とらえて描きましょう。

腕の動きと肩

肩は腕と胴体の接続ポイント。
胴体をとらえるのが、肩、腕を描く第一歩です。

● 胴体をとらえよう

● 肩の曲線の特徴

普通に腕を下ろしている場合

丸いシルエット

腕を後ろに引く

丸さに、肩の筋肉らしさが現れます。

波線状のライン

腕が後ろに引かれることで、筋肉のラインが現れてきます。

腕のつけ根はだ円でとらえます。腕本体の根本として利用します。

腕のつけ根のだ円は、服の袖つき部分をイメージしてもOK。服飾的にはアームホールといいます。

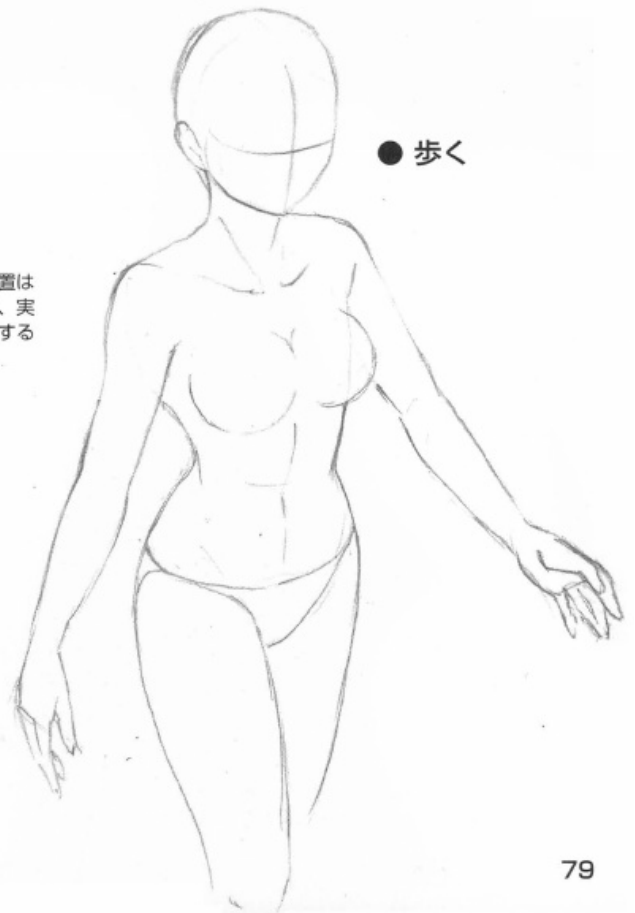
肩の筋肉で、腕の太さのイメージが変わります。子どもっぽいキャラは少なめ、大人ふうキャラは豊かに肉づけしましょう。

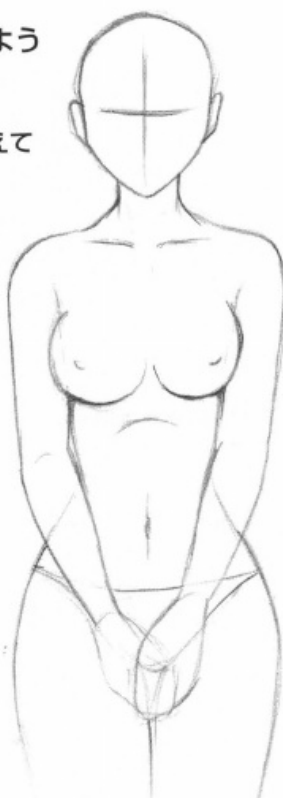
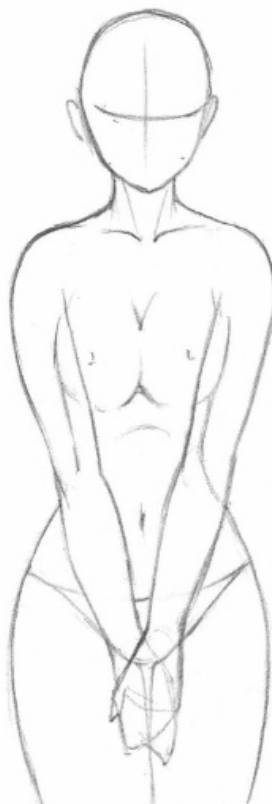
実際には肩関節の位置は動きませんが、感覚的に○でとらえた関節が後ろに引かれる、というイメージでアタリをとってもOK。

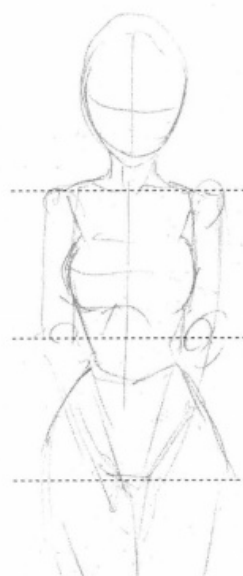
腕のポーズに学ぼう

伸ばした腕

腕を交差させる

頭部
上胸部
肩・腕
肘
腕
手
胸部
腹部
背中
臀部
股間部
脚部
足

● 腕と乳房の関係を見てみよう

手を前にそろえて立つポーズ

両腕を後ろにまわして立っています。

乳房を優先する場合

腕のラインを優先する場合

アタリ。肩、ヒジ、股の位置をとらえます。

お辞儀をする

姿勢。体の上面をとらえましょう。

ブラなどの支えがないと、乳房は垂れた形になります。

アタリでイメージをつかみます。

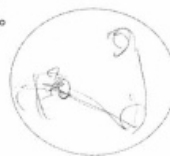
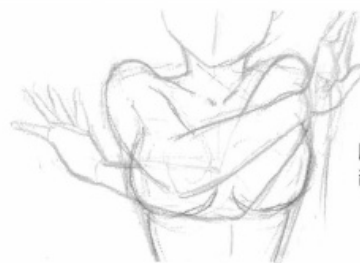
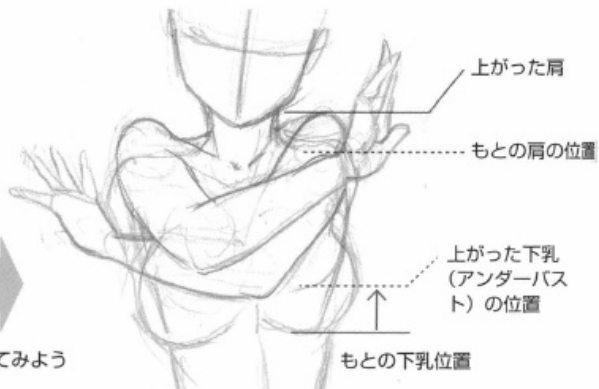
乳房は腕に押されて中央に寄せられます。

胸の下で腕を組む

自然にヒジを抱える程度に腕を組んだ場合。乳房はわずかに寄せられます（胸の谷間で表現）。

手が添えられて見えなくなる右腕から描きます。

ヒジの位置をとらえます。

乳房を支えるように腕を組む

体育座りの腕組み

ポーズのアタリ

ラフデッサン

隠れる部分の作画。脚のポーズ、ヒザまわりを描き込んでから腕を描きます。

両肩を抱きかかえる

腕に圧迫された乳房の形

スタイルの違い（乳房の位置が少し下にある場合など）によっては隠れないこともあります。

手

セクシーキャラの手のしぐさを学ぼう

手の作画

● 手のひらと指のバランス

形をシルエットでとらえます。

手の大きさ

中央

指のつけ根は曲線状になります。

手のひら

手の甲

手の厚み（指のつけ根部分）

横からは手首が細くなっています。手の向き、腕の向きによって手首の太さは変わります。

指のつけ根はだ円です。

● 手の厚みをとらえましょう

アタリ

板状をイメージして形をとります。

関節部分の丸みをとったもの。

小指のつけ根は薬指のつけ根に隠れます。

ゆるやかにわん曲しています。

作画手順

右手

① アタリの作画。形のイメージを描きましょう。手の全体のシルエットです。

② 指のつけ根部分を決めて、指を描き込みます。

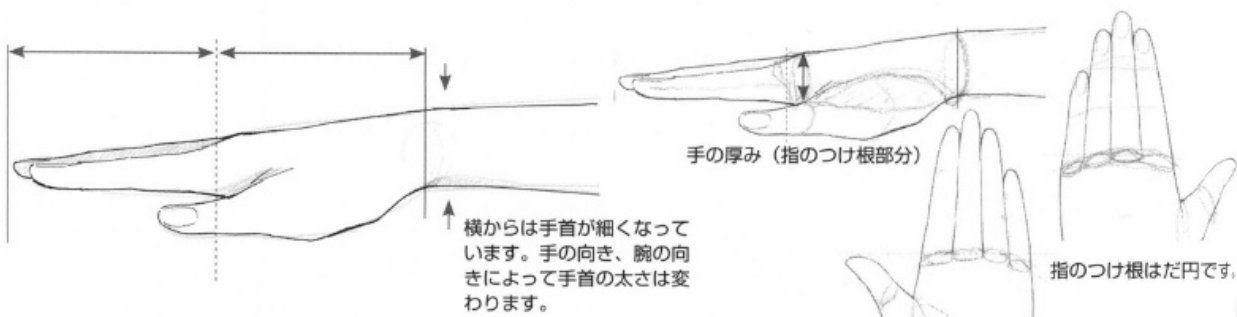
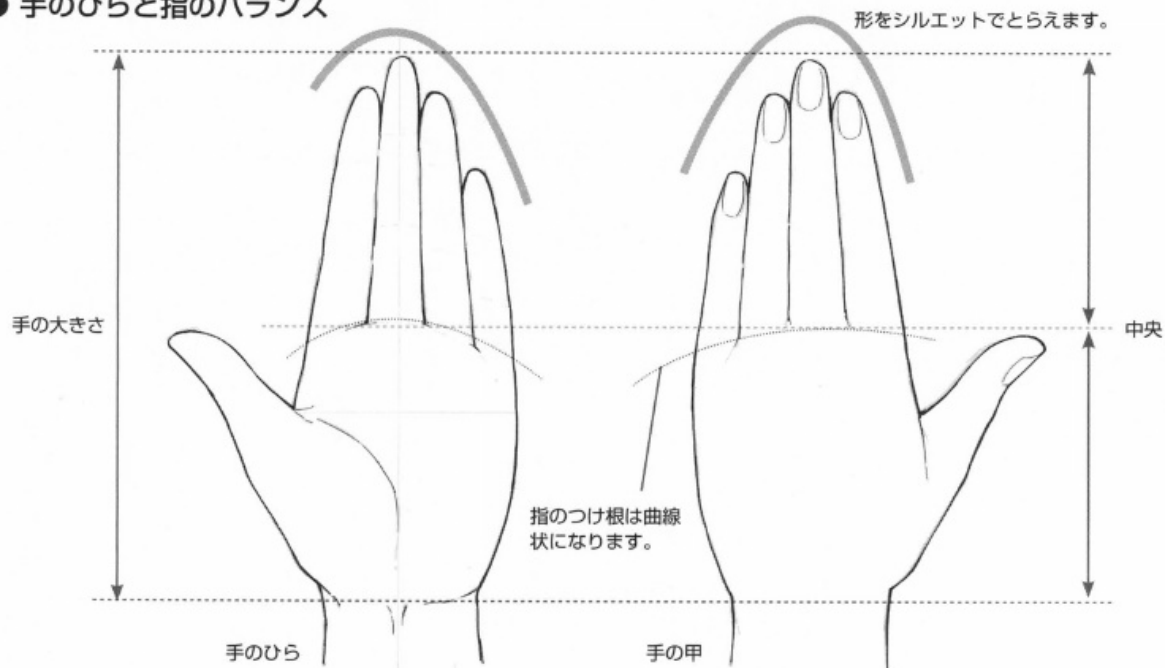
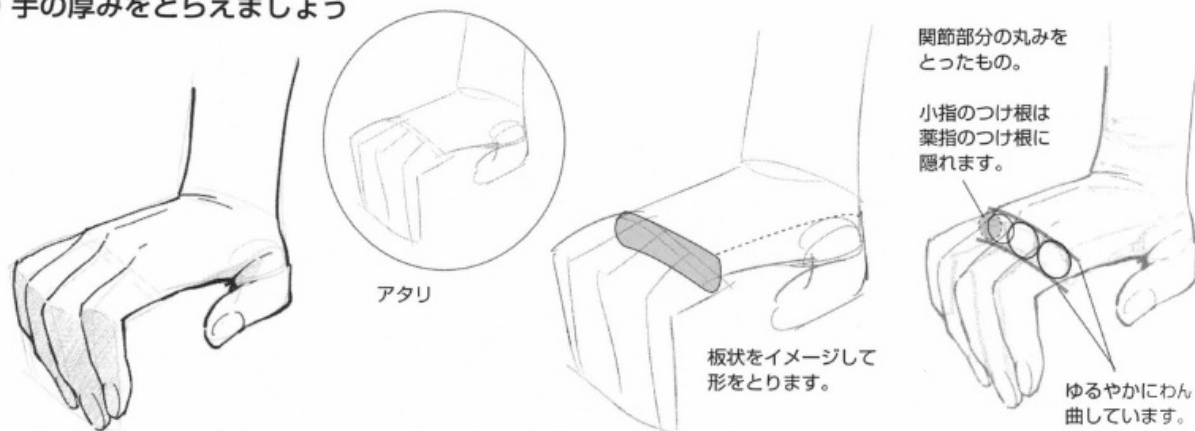
参考：指の関節。構造透視図

左手　① アタリ。大づかみに形をとります。

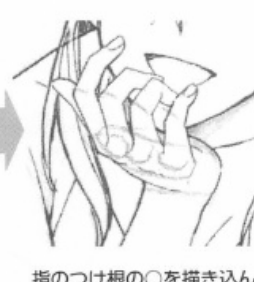
人差し指は「線」でOKです。

同じように指を曲げる中指から小指までをひとかたまりにとらえます。

指のつけ根部分を簡単に○でとらます。

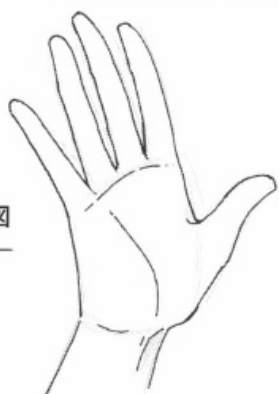
② 指のポーズを線で描きながら肉づけします。

関節を理解することは大切ですが、関節を意識しすぎるとかえってわからなくなります。雰囲気を大切にして、大づかみに単純化してとらえることからはじめましょう。

すごく複雑そうなポーズも…

もともとのアタリはこんな感じです。

指のつけ根の○を描き込んで手のひらの厚みをとらえ、指を描き込みます。

鏡に映したり、誰かにポーズをとってもらって描きましょう。

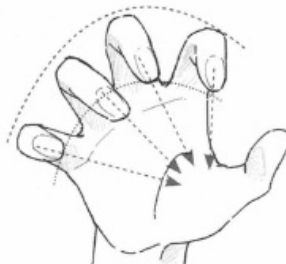
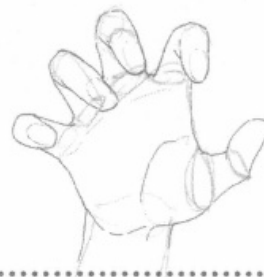
※ デジカメやケータイ写真も便利です。

アタリで学ぶ、手の形
● 合図・サインの手
親指を立てたポーズ
関節を描き込んだもの
アタリ。おおよその形をとる単純なボックスタイプ。
仕上がりイメージを反映したタイプ。人差し指を少し起こしているイメージが、この単純な図形でわかります。
Vサイン
/ピースサイン/チョキ
曲げた指をひとかたまりにとらえています。
長さの目安
第2関節の目安
指のつけ根のアタリ
指の付け根の関節
合図
/パー
ひとかたまりにとらています。
開いた形全体をとらえるアタリ
第1関節
第2関節
第3関節
頭部
上胸部
肩・腕
肘
腕
手
胸部
腹部
背中
臀部
股間部
脚部
足

● 語る手

なにげない驚き・戸惑いの手

無意識に開かれている手

大づかみにとらえた全体の
シルエット

関節に注目してみよう

手のしぐさ

女性らしい手の特徴をしぐさ別に見てみましょう。

アピールする手

手がセクシーに見えるポイント

- 手の甲が長く、幅を余り広くしない。
- 指を気持ち長めに描く
- 指先はほっそりさせる
- 手首も細くする

ほおづえの手

ぎゅっと握っていない手の表情や、さりげないテクニックをを見てみましょう。

組んだ手・顔を支える手

顔の近くに手がくる演技では、ツメの美しさが重要です。

人差し指を伸ばしています。

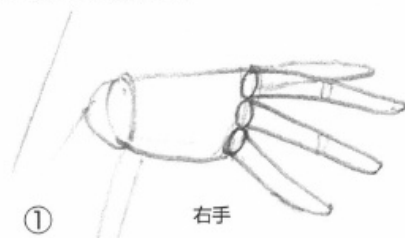
① 右手

② 左手

③ 片手を先に描いて、もう片方を描きます。

左右の指の演技の違いに注目しましょう。

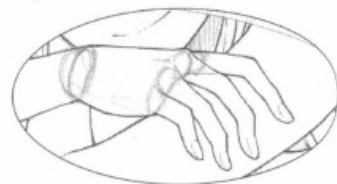
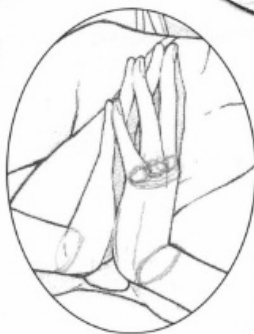
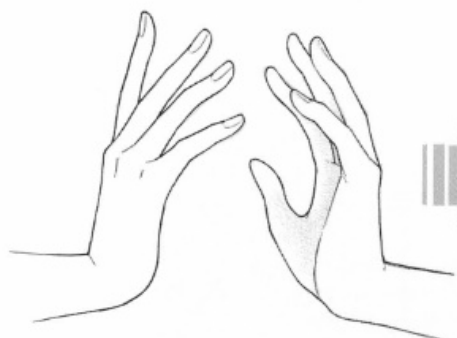
アタリ

指のつけ根が重要です。

デッサン。指の
位置を修正しな
がら描きます。
手の甲のしなり
と手首の細さが
キメ手です。
指をしっかり
組み合わせて
います。
一見、組んでる
ように見えます
が、手を重ねた
だけの場合。
左右非対称の指の
演技で明るさが生
まれます。
どの位置で手を
組むかでもムー
ドが変わります。

寝ポーズの手

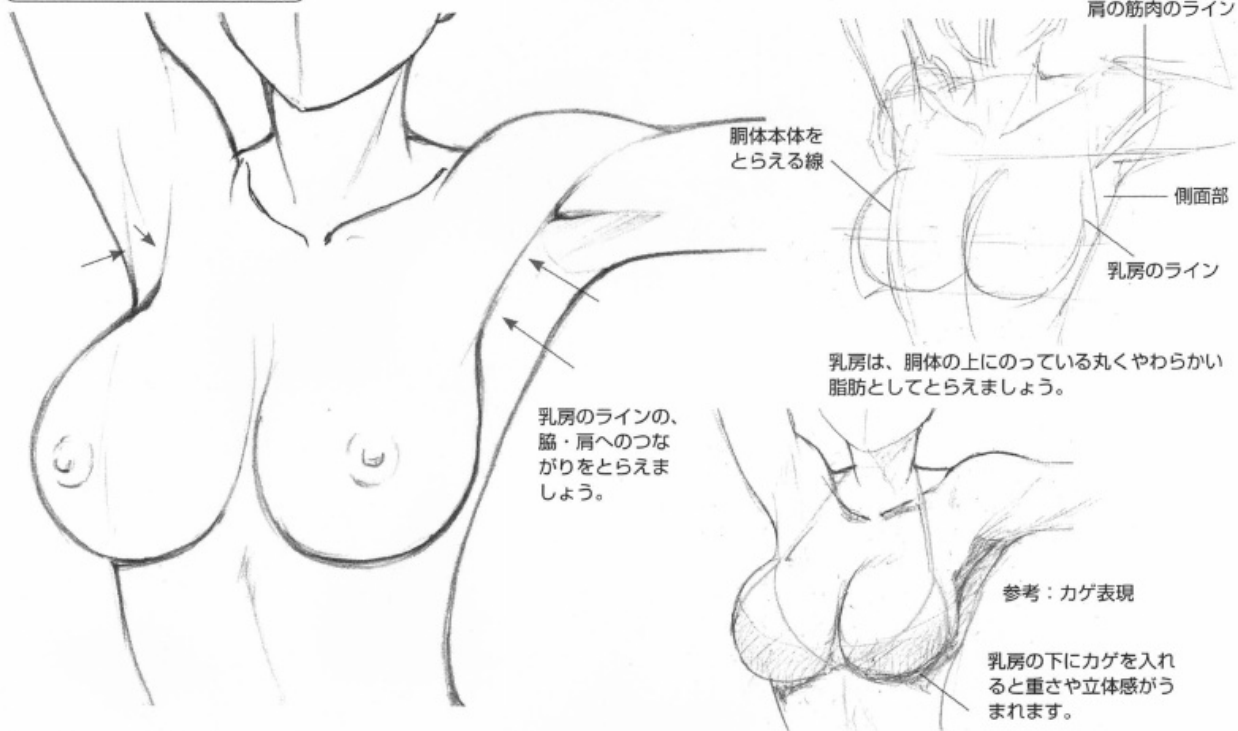
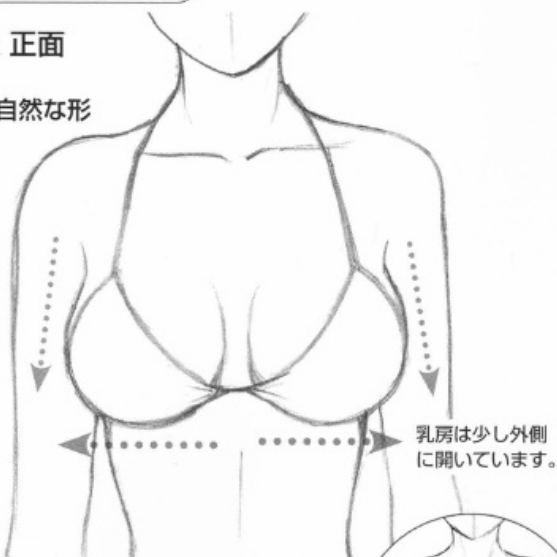
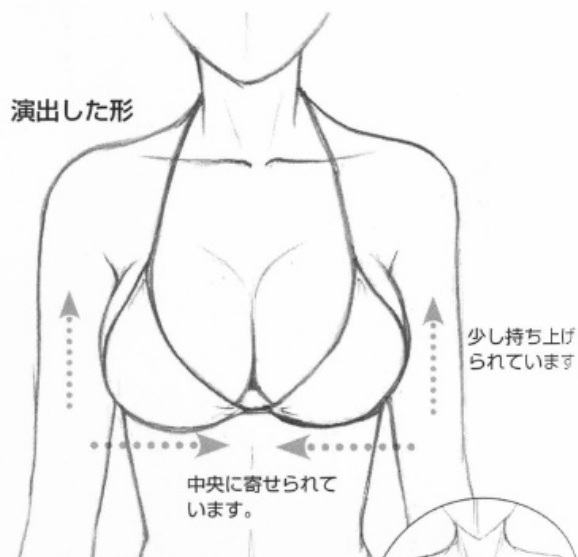
顔の近くに手がくるので、ツメをていねいに描きましょう。また、しなやかな指が演出される、指のつけ根の線に注目しましょう。

指のつけ根を丸く取りますが、指のラインは○からくびれた曲線を経て指を描きます。

手の甲は気持ち丸みを帯びたラインで描きます。力を抜いた感じが出ます。

指を開いているので、くつろぎ感が生まれます。

手をうつ・手を合わせる
指を合わせる
アングル的に中指までが重要ですが、ほんのちょっと人差し指を描き添えましょう。
指を組む
ほぼ真横です。
手を組み合わせてみよう
合わせて描いた段階で、手の厚みや手首まわりの太さを調整しましょう。
厚み部分
手首まわり

胸部

美しいバストの曲線をとらえよう

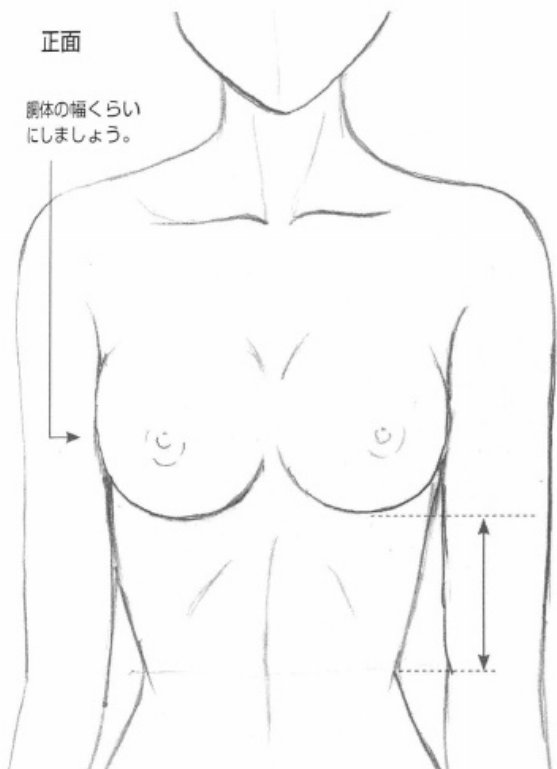
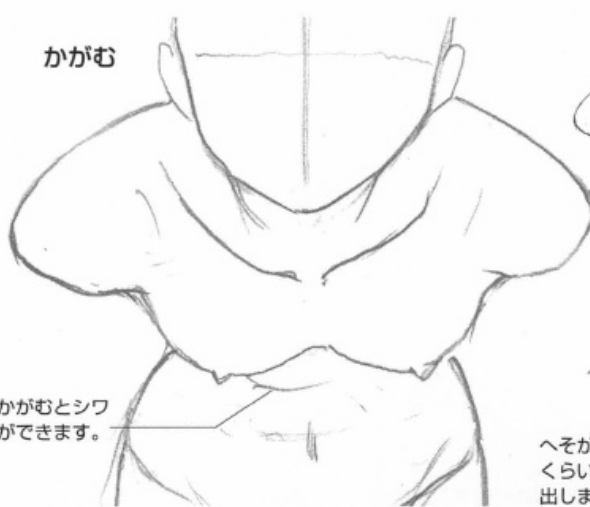
バストの作画

バスト…胸もと。乳房のふくらみや丸さをとらえて描きます。

●ナナメ
すき間ブラ
谷間ブラ
寄せて上げる効果を強調して描きます。
●ヨコ
すき間ブラ
谷間ブラ
肉がはみ出るイメージです。
乳房にそってきれいに布が覆います。
重ねて見た場合
寄せて上げられている分、上にはみ出します。
すき間ブラ…自然な乳房の曲線に近い形を美しく演出します。
谷間ブラ…ボールのような形で弾力感やボリューム感を演出し、乳房の存在感を強調します。

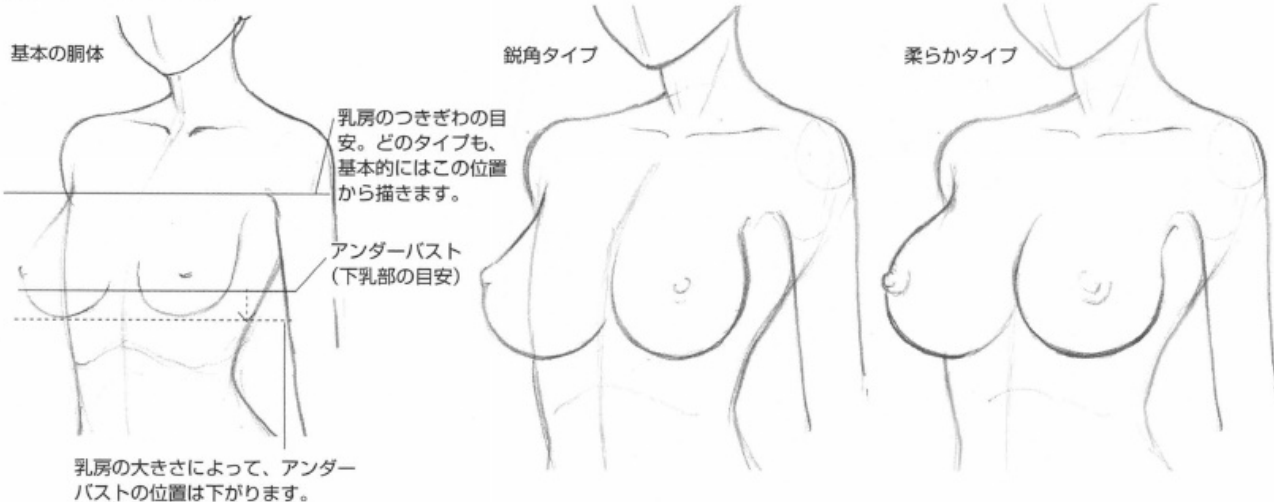
バストサイズの描き分け

張り出し方と形をつくる曲線を描き分けましょう。

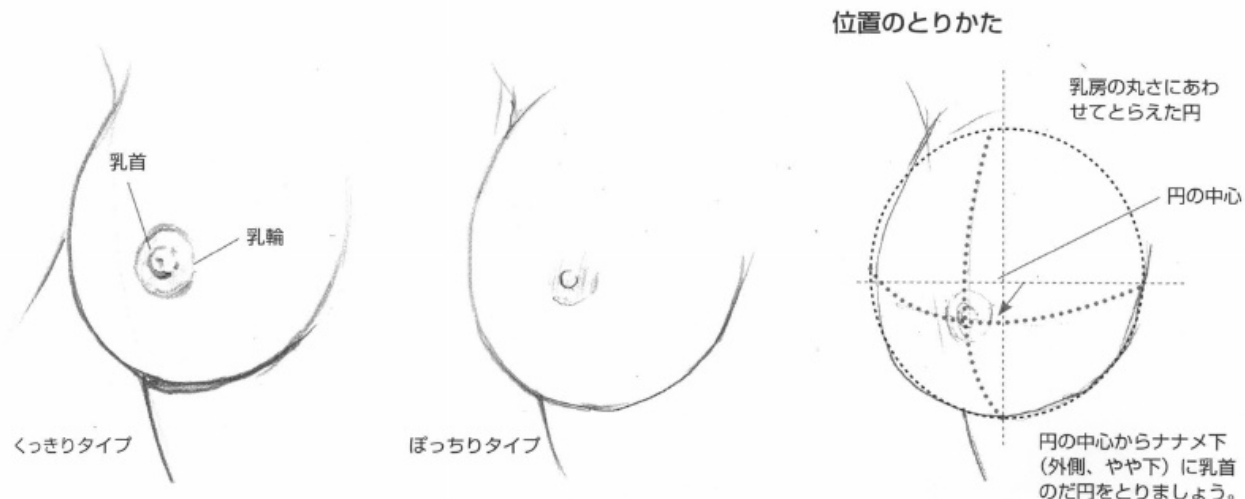
大きいタイプ

小ぶりタイプ
正面
胴体の幅くらい
にしましょう。
ナナメ前
側面がはっきりとらえら
れます。
ナナメ後ろ
背面ポーズ
ナナメのゆるやか
な曲線と丸い曲線
を組み合わせて形
をとりましょう。
見えま
せん。
ヨコ
ゆるい曲線
短めに半円状の曲線をイメージしましょう。
かがむ
かがむとシワ
ができます。
へそが見え、おなかのシワ
くらいまでのふくらみを演
出します。

乳房と乳首のバリエーション

代表的なバリエーションを紹介します。乳房と乳首を組み合わせて、理想のバストを表現しましょう。

バスト表現

● 横から見た形のいろいろ

乳房のふくらみの曲線（乳房の形）と乳首の大きさの違いで、様々にデザインされます。乳輪（にゅうりん）を省略することもあります。

乳首と乳輪の表現

乳輪は乳首を中心にした円ですが、乳房の曲面に応じてだ円形になります。

●乳首表現のバリエーション

円を２つ描くもの。

乳首だけ描くもの。下面を太くした突起表現。

乳首と乳輪のカゲを強調気味に描いたもの。

乳首と乳輪の両方にカゲのアクセントをつけて、立体感を演出するもの。

乳首は乳房全体に対して小さな突起なので、点や半円でも表現されます。

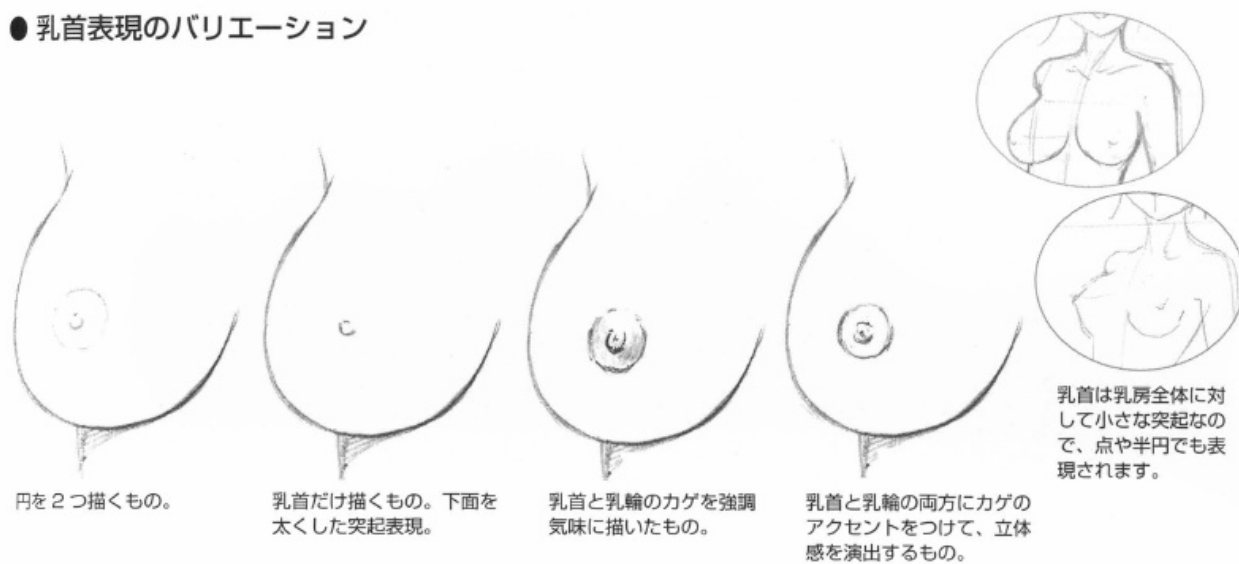
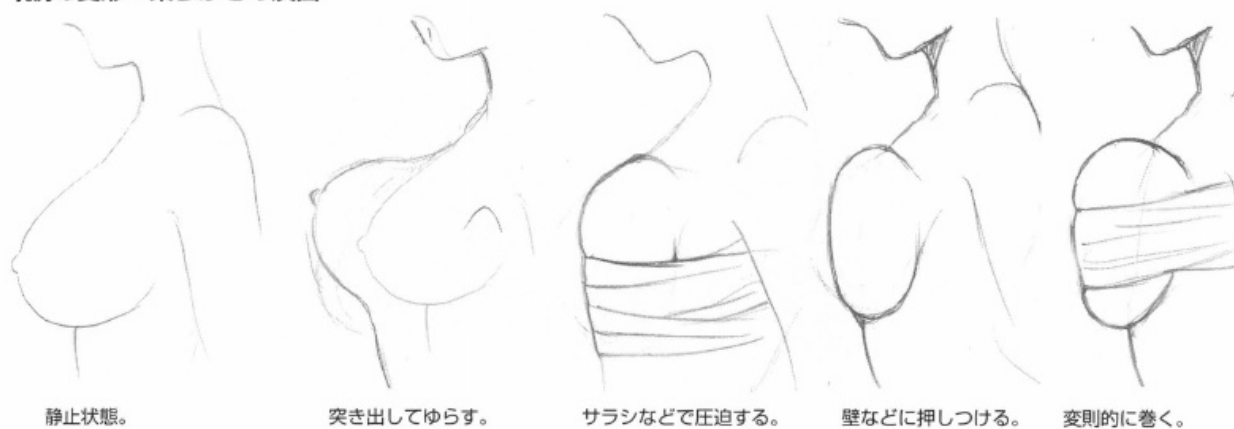
乳房の変形・柔らかさの演出

静止状態。

突き出してゆらす。

サラシなどで圧迫する。

壁などに押しつける。

変則的に巻く。

バストをアピールするポーズ

胸もとをアピールするポーズです。おもに大きさや柔らかさをアピールするポーズなので、谷間を強調したり、ふくらみを強調する構図が用いられます。

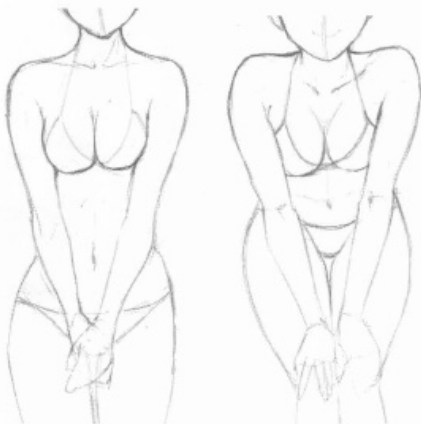
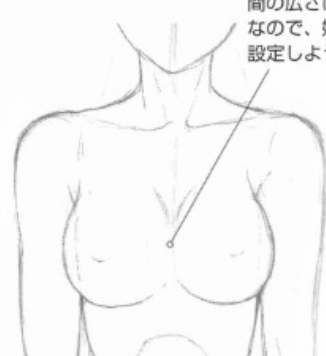
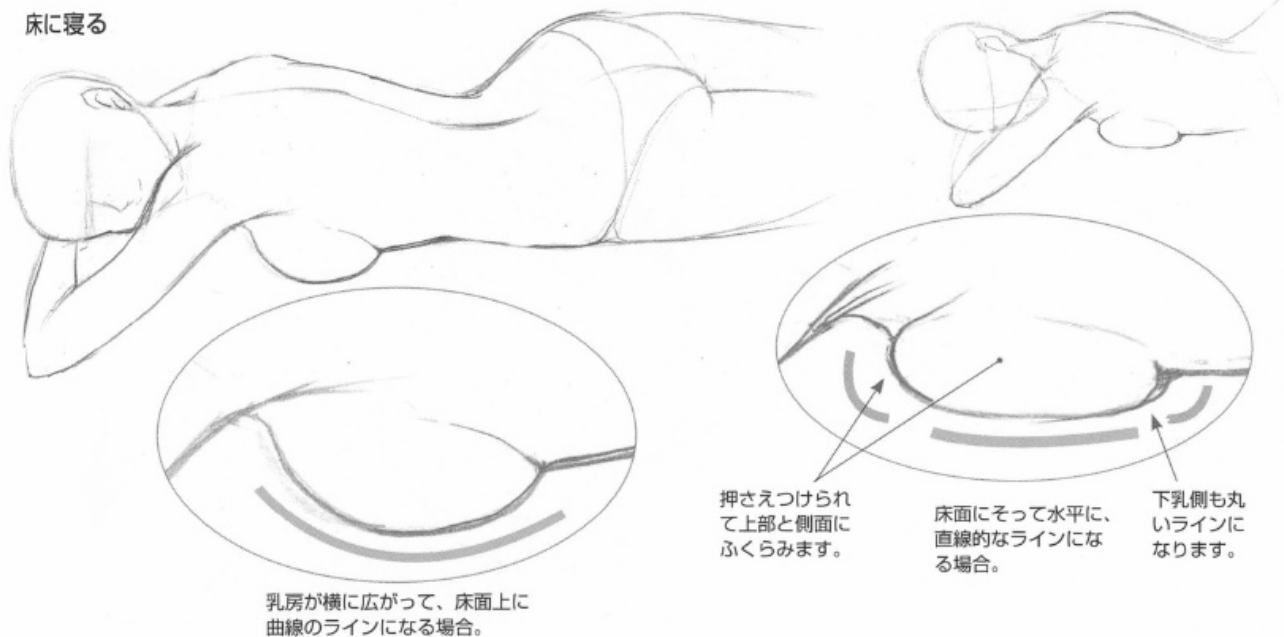
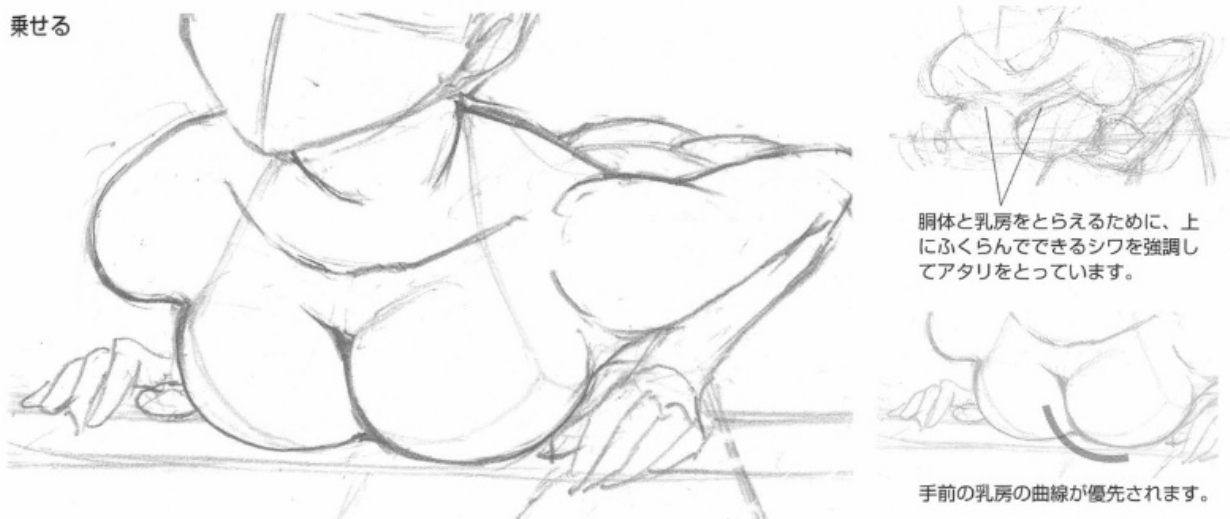
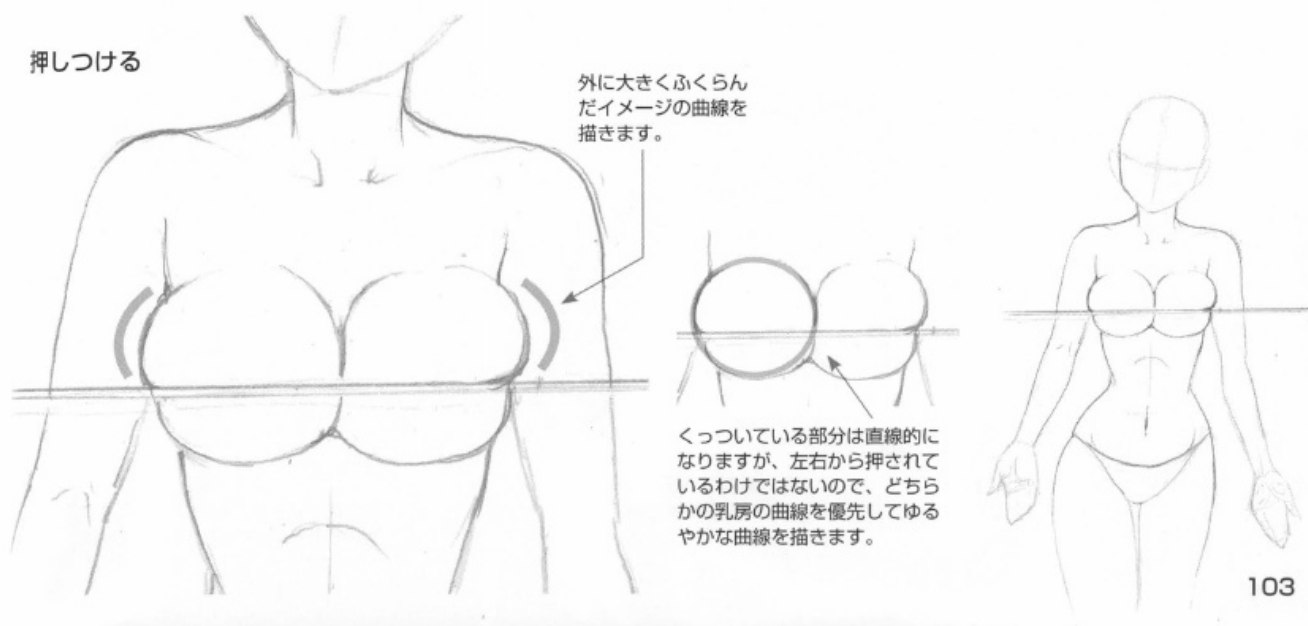
ポーズで演出

● ブラで演出

● ブラなしの各アングル

シルエットに注目しよう。

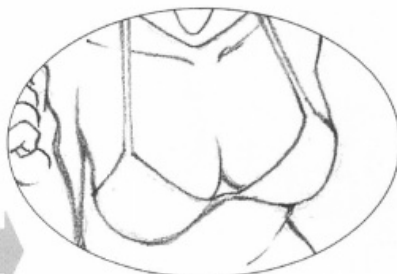
乳房の柔らかさを演出

抱きかかえる
支える
肩ライン
通常。バストトップラインと肩ラインは平行です。
肩ラインは水平のまま、バストトップラインを傾けて描きます。
腕で寄せる
かがんで谷間を見せる
谷間の線は直線的になります。
谷間の線は○と○が接する感じです。
間の広さは様々なので、好みで設定しよう。
乳房は左右から押されると、くっついたところは直線的になります。
左右の乳房は離れています。
頭部
上胸部
肩・腕
肘
腕
手
胸部
腹部
背中
臀部
股間部
脚部
足

床に寝る
押さえつけられ
て上部と側面に
ふくらみます。
床面にそって水平に、
直線的なラインにな
る場合。
下乳側も丸
いラインに
なります。
乳房が横に広がって、床面上に
曲線のラインになる場合。
乗せる
胴体と乳房をとらえるために、上
にふくらんでできるシワを強調し
てアタリをとっています。
手前の乳房の曲線が優先されます。
押しつける
外に大きくふくらん
だイメージの曲線を
描きます。
くっついている部分は直線的に
なりますが、左右から押されて
いるわけではないので、どちら
かの乳房の曲線を優先してゆる
やかな曲線を描きます。

乳房の動きを演出

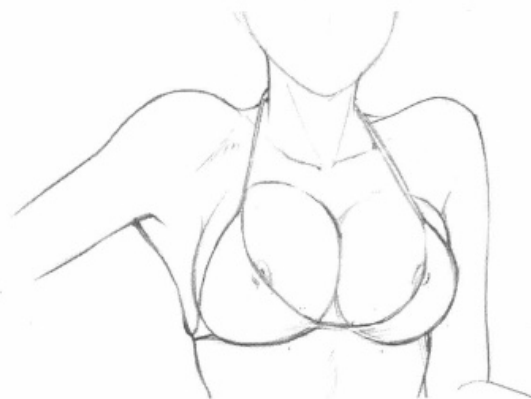
いちについて

よーい…

どん!

腕で両側から押されています。ボリュームのあるバストを設定します。

体の傾きによって、バストラインが変わっています。

● 揺れ表現のいろいろ

ブラのある場合

乳房の変形による動き表現。ブラは本来乳首が浮き出さないように作られているものがほとんどですが、そうでないものもあり、また、演出として乳首が描かれることもあります。

ブラでしっかり固定されている場合。

左右に揺れにくい分、上下に長くなったり平べったい感じなる場合もあります。

ブラのない場合

走るポーズに躍動感が演出されます。

乳首の位置を上下にずらして描きます。

横揺れ

たて揺れ

上下の揺れ

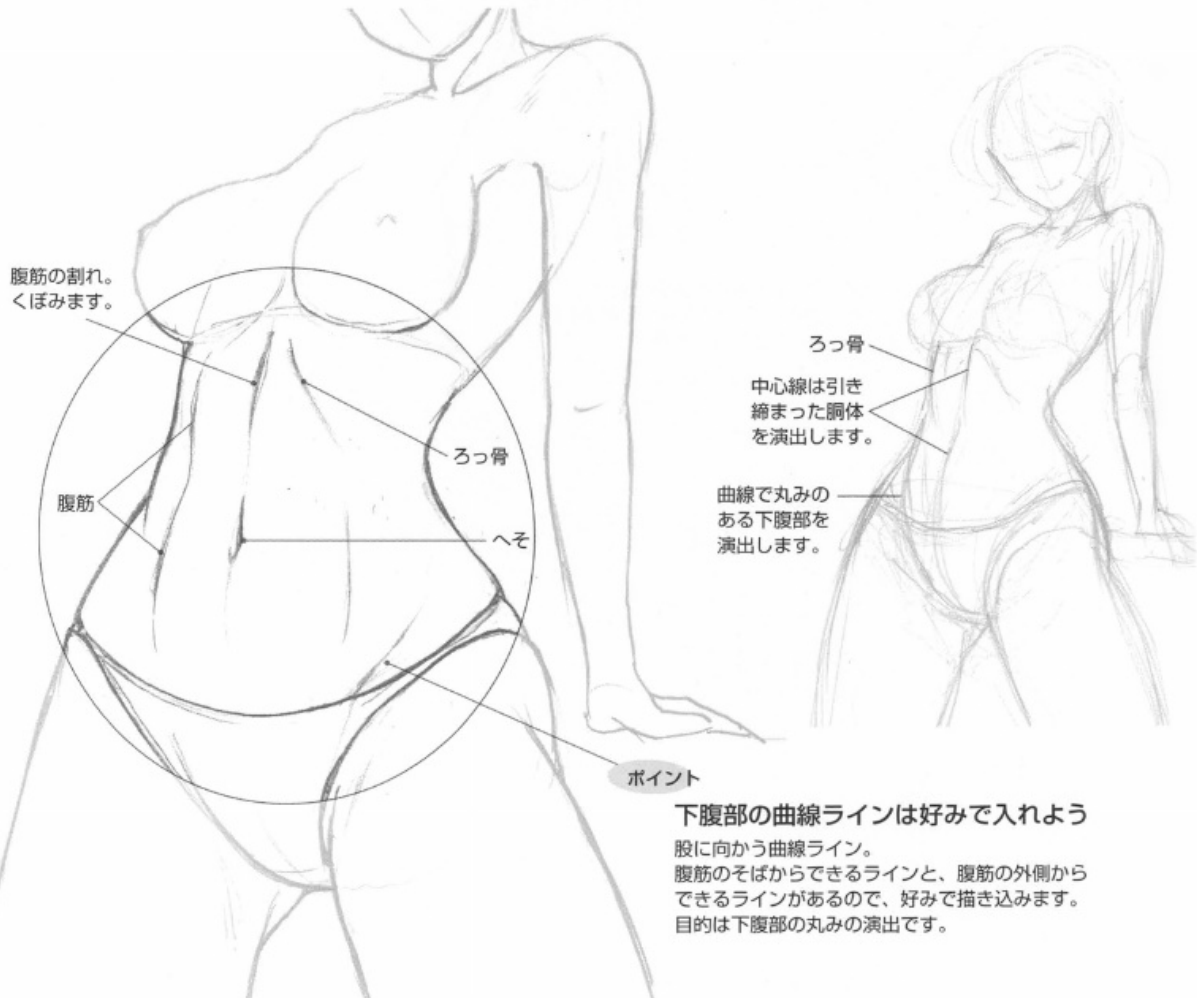
カゲや短い効果線、動く前の乳首の位置を薄く描き込むのも効果的です。

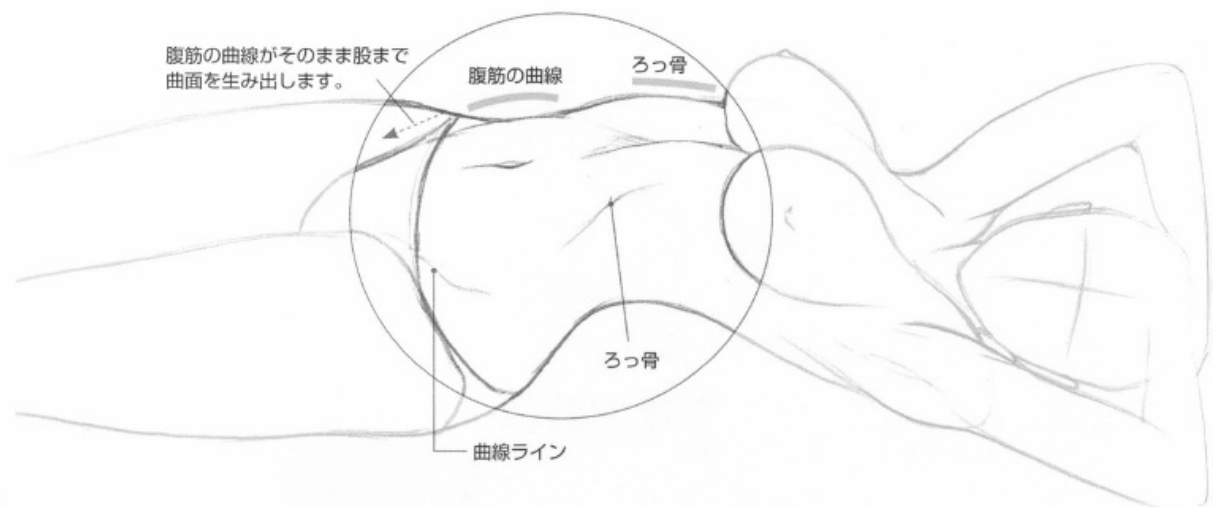
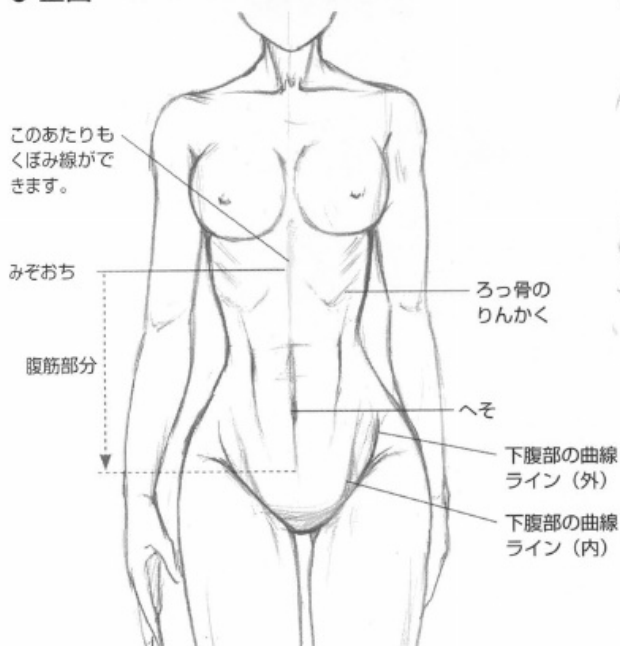
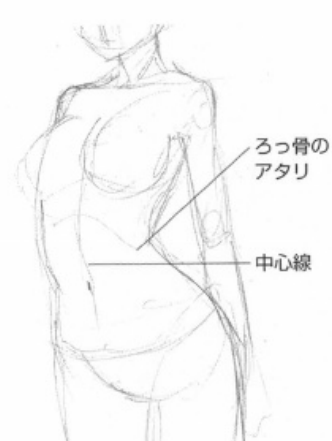
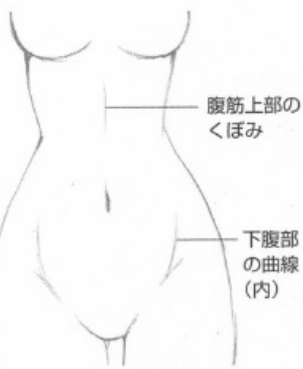
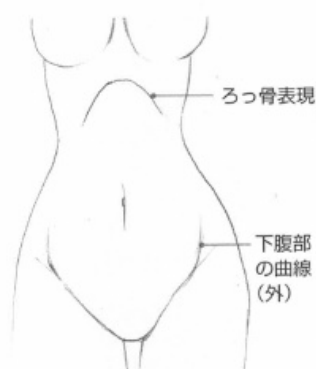
乳房をもっと変形してダイナミックな動きを演出

腹部

セクシーな胴体を演出しよう

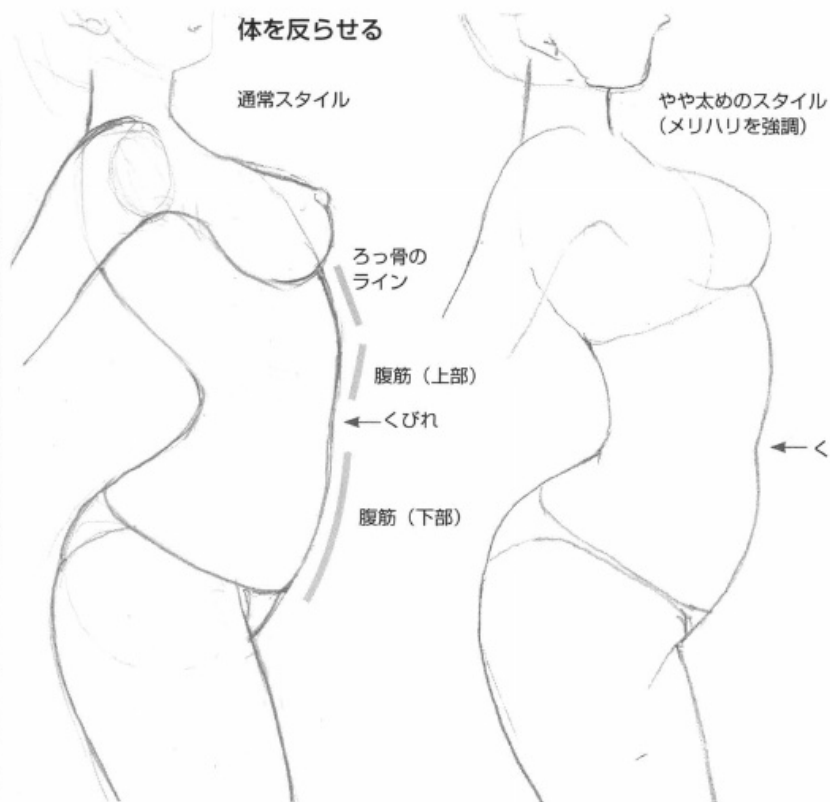
おなかの作画

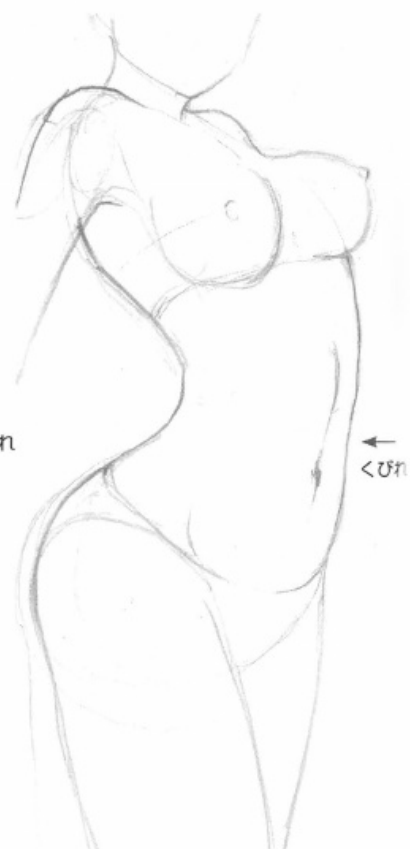
まずは腹筋やろっ骨などを描き込みましょう。また、おへそを描くことによって存在感のあるセクシーなおなかを演出できます。

おなか表現のいろいろ

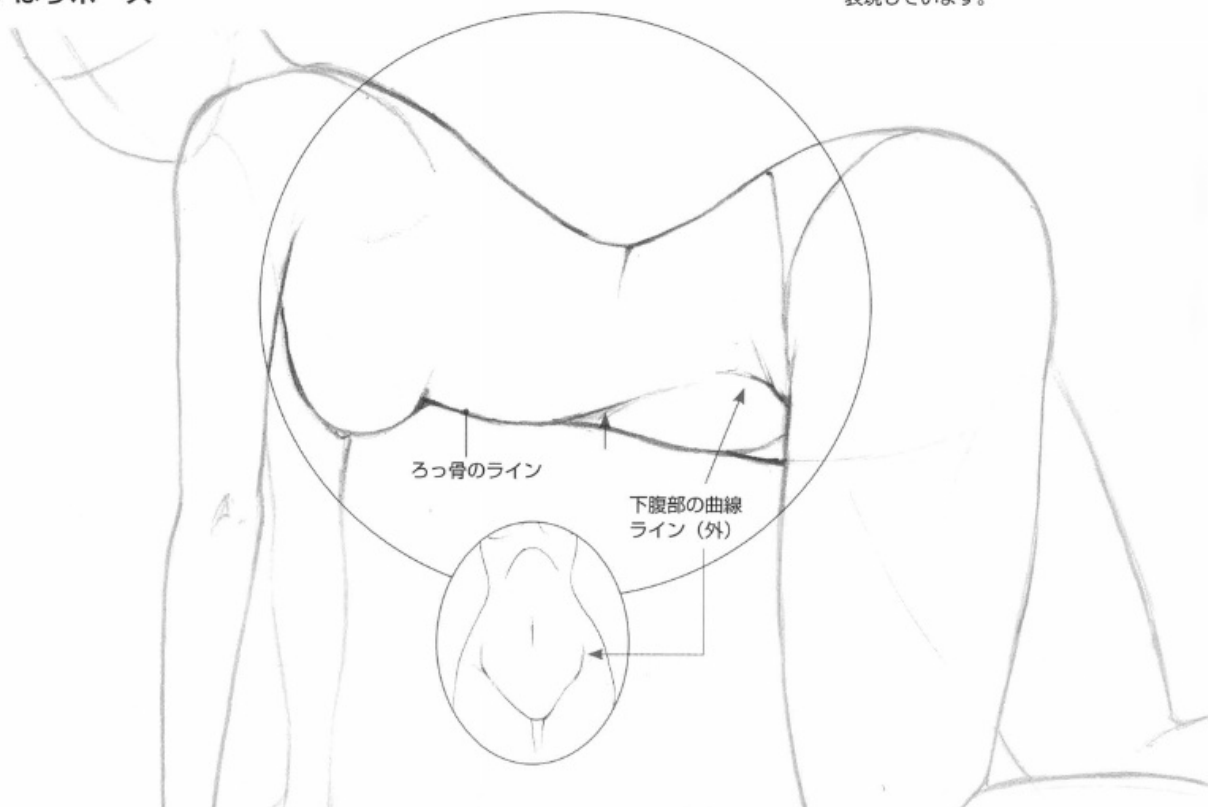
● 正面　引き締まり感を強調した場合

● ナナメ向き　下腹部の曲線ラインに注目しましょう。

バリエーション　キャラのイメージに合せて描きましょう。

おなかの表現を見てみよう

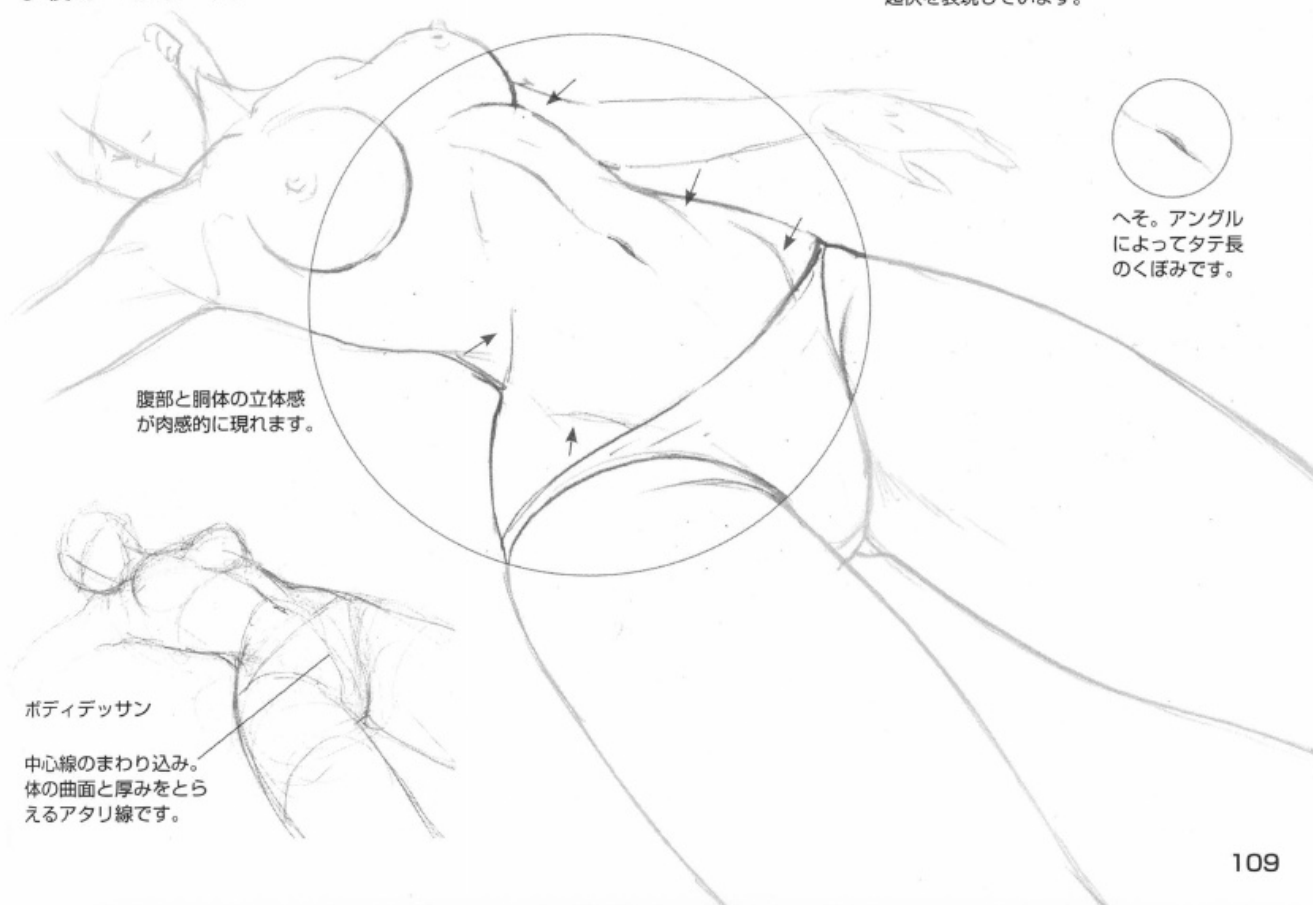
おへそにも注目。正面からは丸やだ円形などで描かれるおへそは、横向きの体ではタテ長や線状になります。

● 横向き

体を反らせる

横向きではおへそはほとんど見えません。

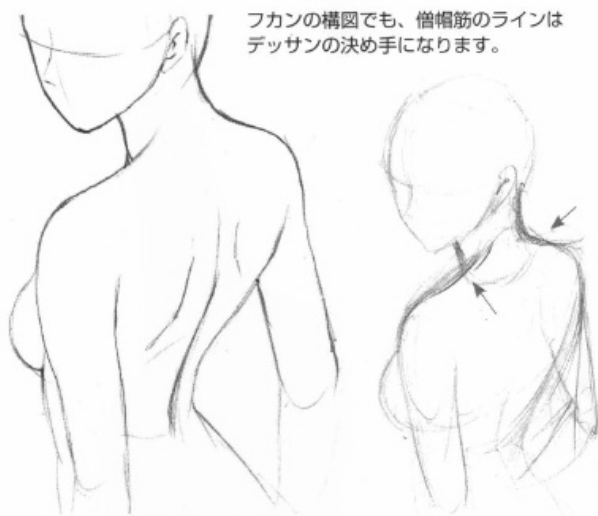
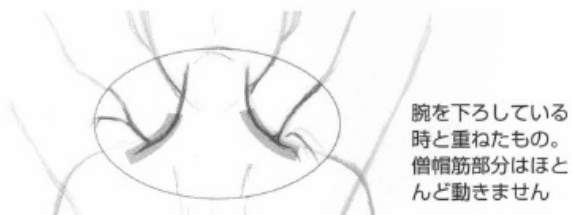
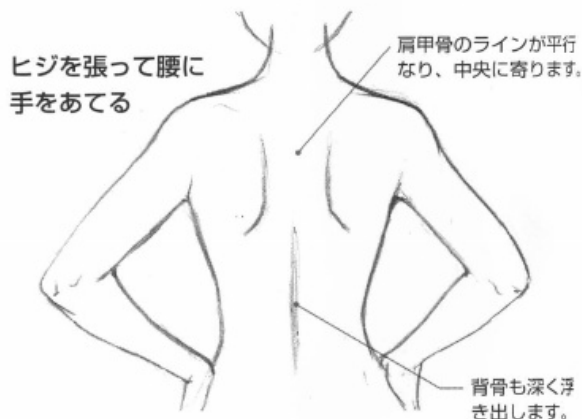
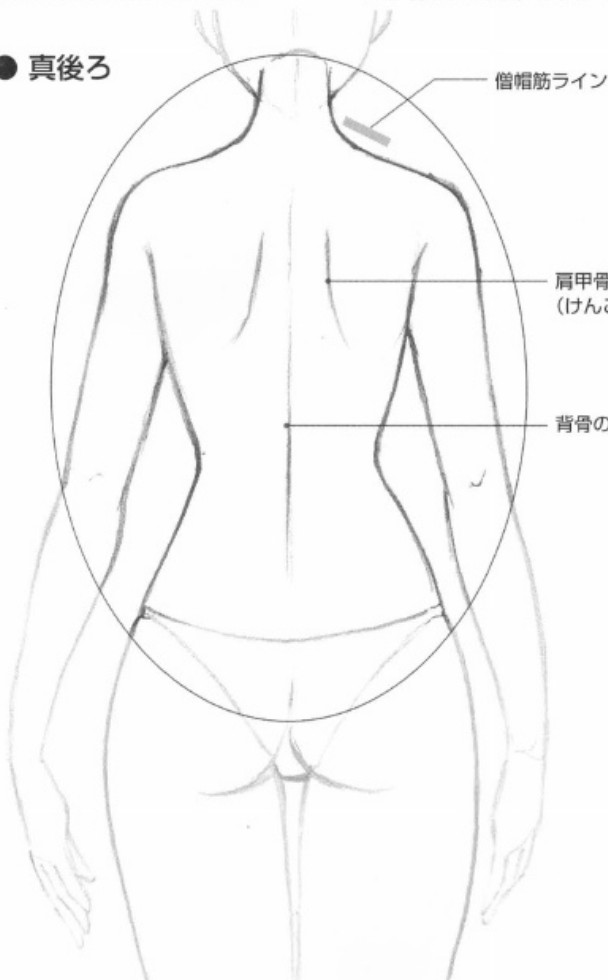
● ナナメ向き

やわらかな起伏を、中央の腹筋の線とへそで表現しています。

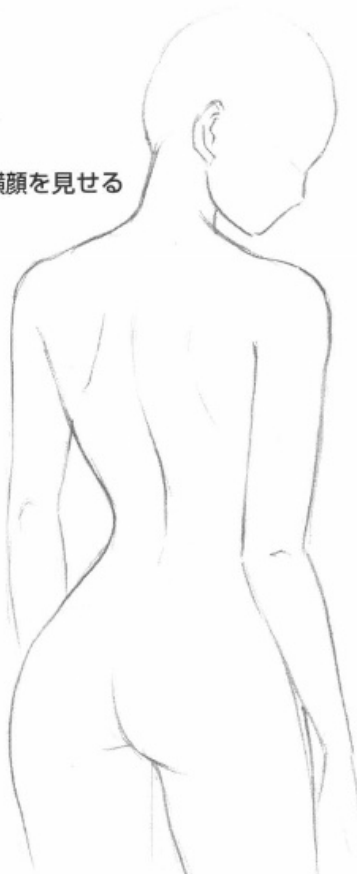
● はうポーズ

● M字開脚

● 寝そべりポーズ

背中

背骨、肩甲骨（けんこうこつ）、腰のくびれでセクシーな背中を演出しよう

背中の作画

腰のくびれを生み出すボディラインと、シンプルな背面に浮き出す背骨のラインが背面の魅力です。ポーズの核になる首から肩のラインも重要です。

● ナナメ

首と肩のライン、背骨の表現に
注目しよう。
通常立ち
ポーズ
体を反らせて
振り向く
肩を少し上げて
います。
1本の線にな
ります。
反り気味の姿勢。腰は大きく
くびれ、背骨の線も腰の近く
に深く現れます。
しなりを意識した
振り向きポーズ
ポイント
反りの姿勢のシル
エットの美しさに
は、脚線が影響す
ることもあります。
横顔を見せる
アゴを上げて
振り向く
首から背中に
かけてしなや
かなラインに
なります。
胸が見えないくらいのナナメ向きアング
ルは、背中が美しくセクシーに見えます。

背面ポーズの腕と背中

背中の面の見え方と肩のラインが重要です。
胴体の形をとらえましょう。

● 振り向きキメポーズ

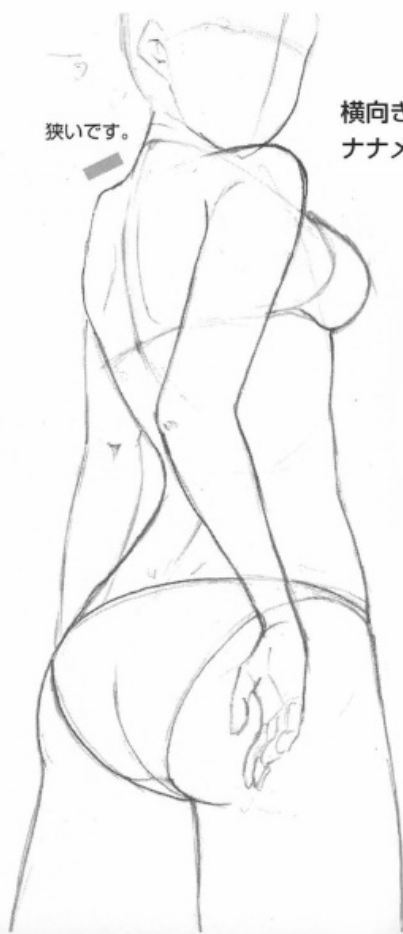
● ナナメアングル

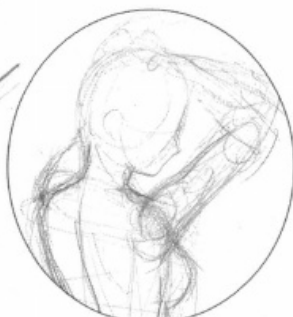
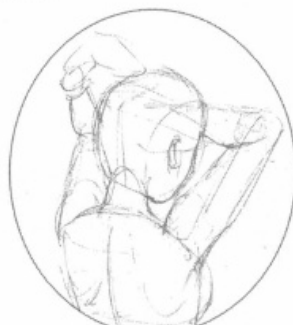
● ひねりの振り向き

振り向きポーズのボディデッサンを改造します。

完成。上の「ナナメアングルの振り向きポーズ」と背骨のラインを比べてみましょう。背中の表情の違いがわかります。

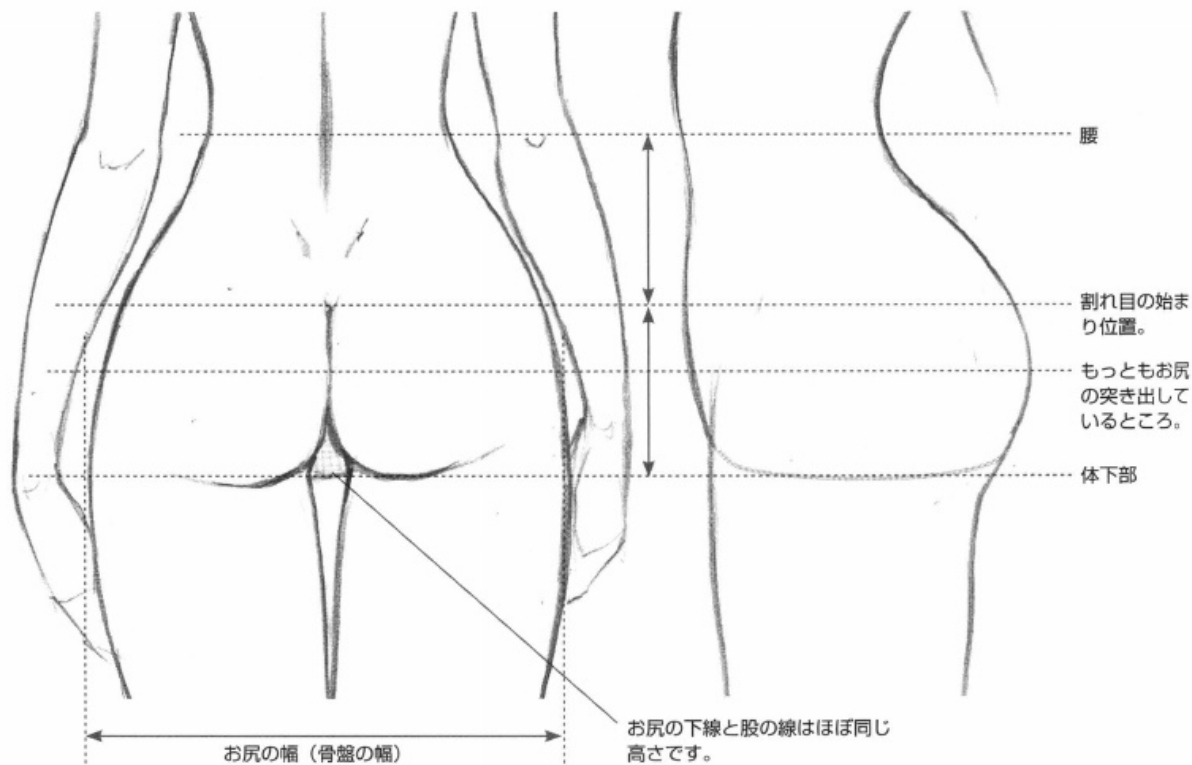
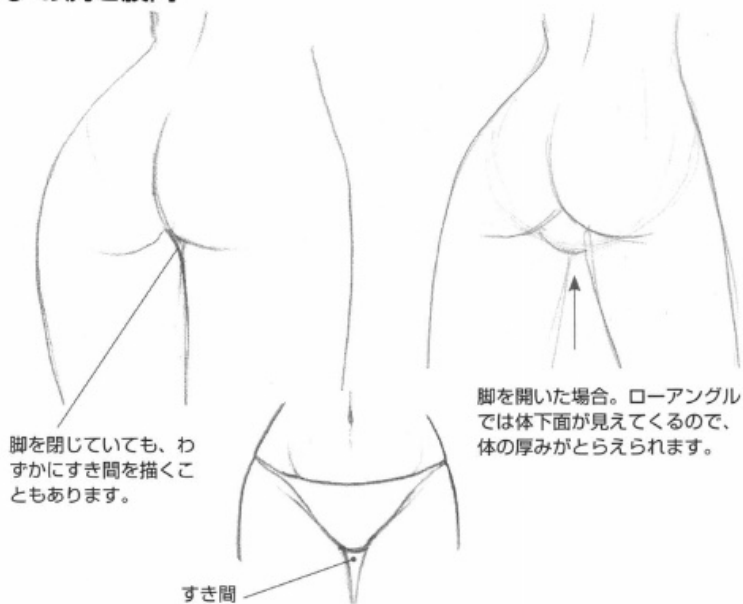
● 片手をつかむポーズ

● アオリの場合

●腕を上げる

首と肩まわりのつながりに注目しましょう。

臀部（でんぶ）

柔らかで丸みのあるお尻を描こう

お尻の作画

丸みのあるシルエットを意識してとらえましょう。

● お尻と股間

● お尻表現

マンガやイラスト、アートなどで用いるデフォルメ表現です。

2つのタイプのお尻

通常タイプ

股の位置がお尻の下線とほぼ同じ位置

股の位置

お尻の下線

お尻の大きさの印象

ダイナミックタイプ

お尻の下線よりも高い位置に股があります。

お尻の大きさの印象

通常タイプ

ここまでお尻、ここから脚がはじまる、というのがわかりやすいです。

ダイナミックタイプ

長い
大きい

お尻から脚までひとつながりに見えます。

正面から見た場合

通常タイプ

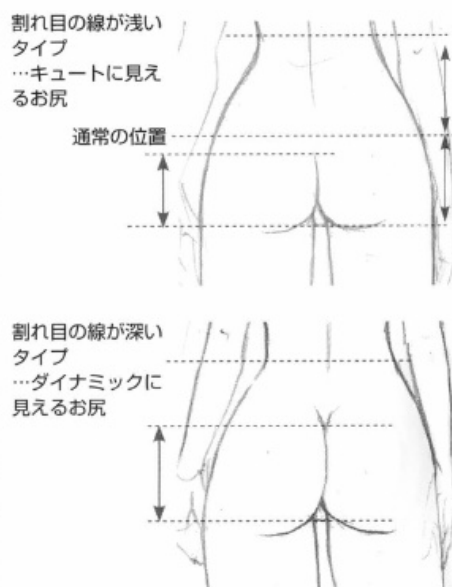
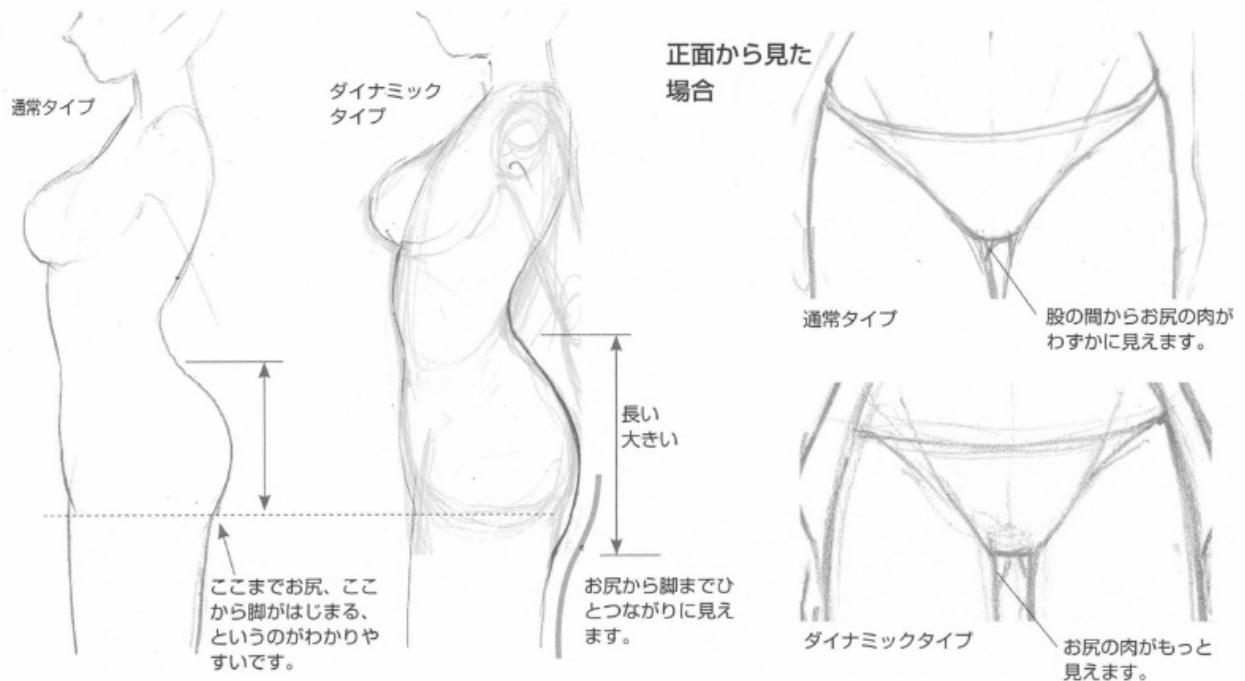
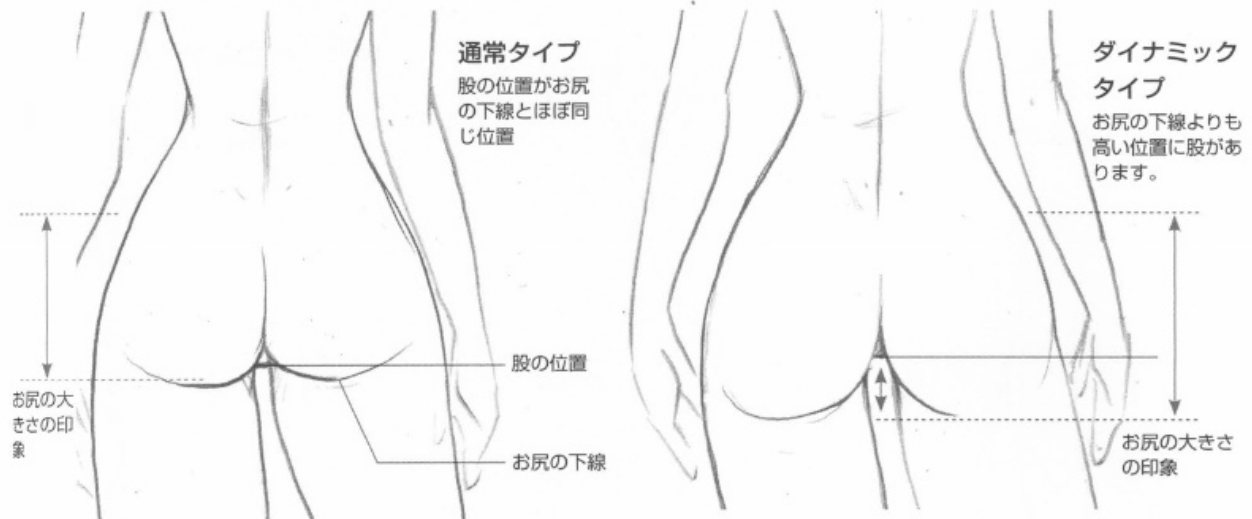
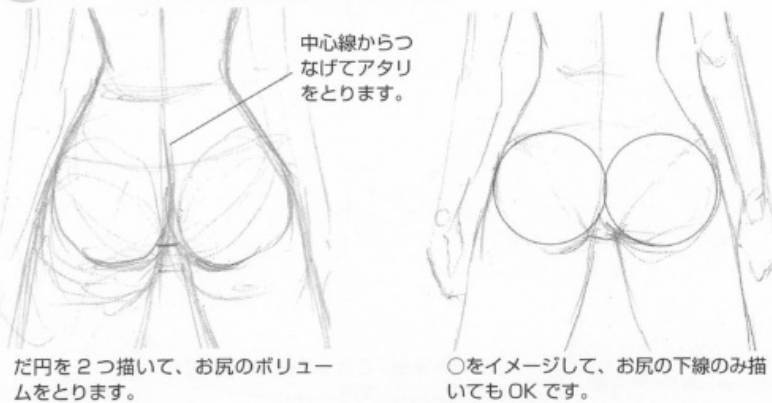
股の間からお尻の肉がわずかに見えます。

ダイナミックタイプ

お尻の肉がもっと見えます。

ポイント　お尻はだ円や丸を描いて形をとろう。

だ円を２つ描いて、お尻のボリュームをとります。

○をイメージして、お尻の下線のみ描いてもOKです。

お尻をアピールするポーズ

ポーズやアングルで変わるいろいろなお尻の形を見てみましょう。

形をアピール

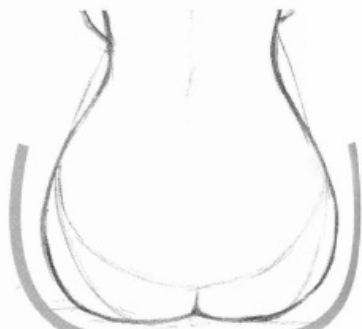
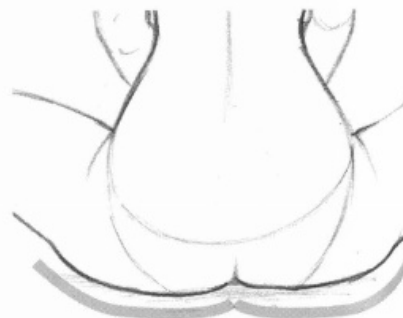
片足を上げてお尻をアピール

上げる前

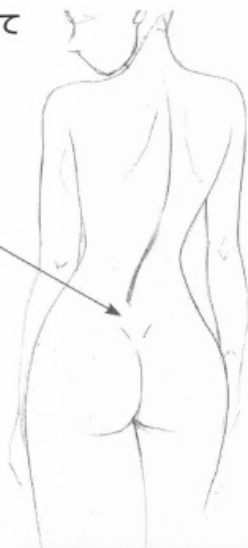
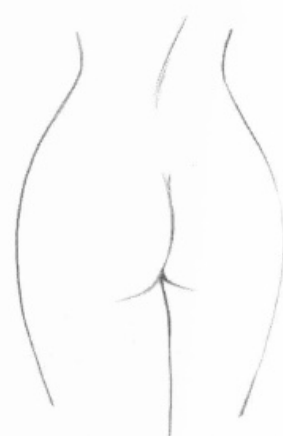
ヒザを上げています。お尻の丸さ、形が美しく現れます。

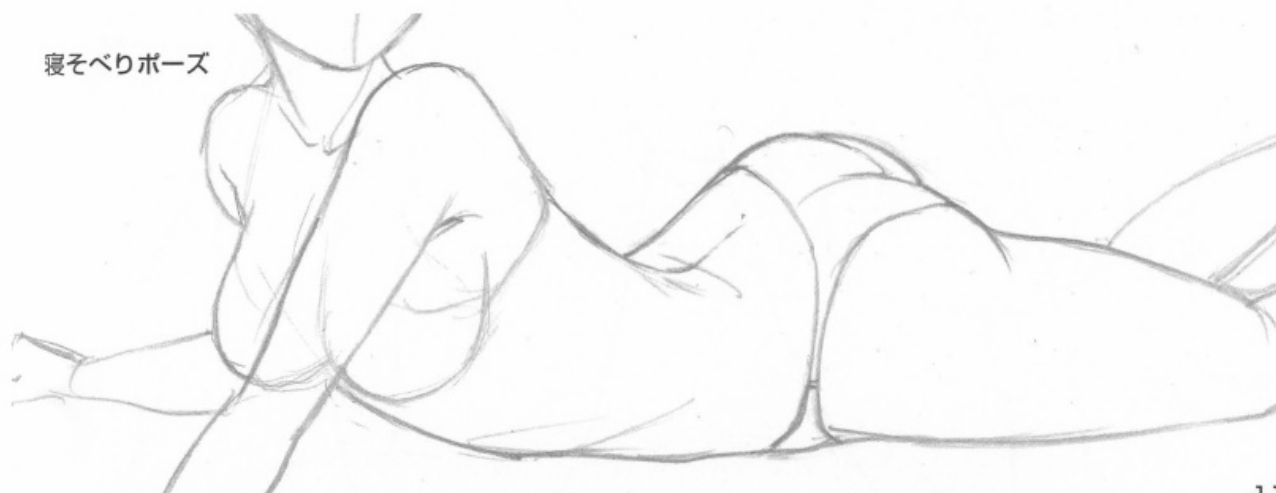
参考：お尻のラインの変形

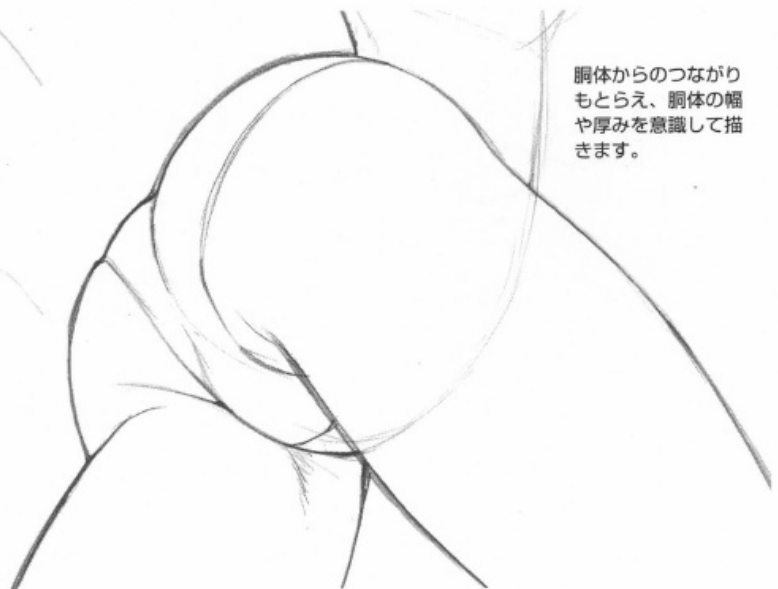
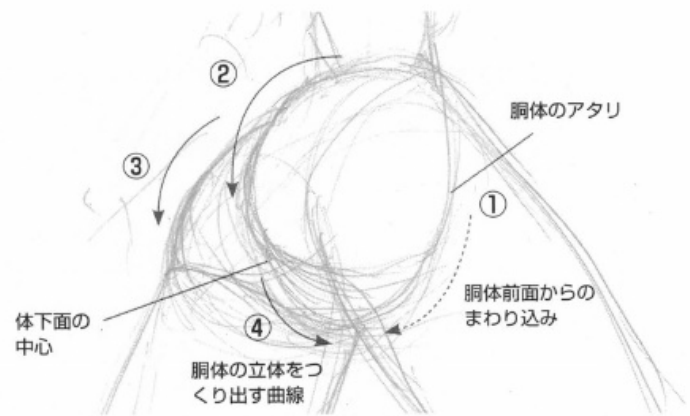
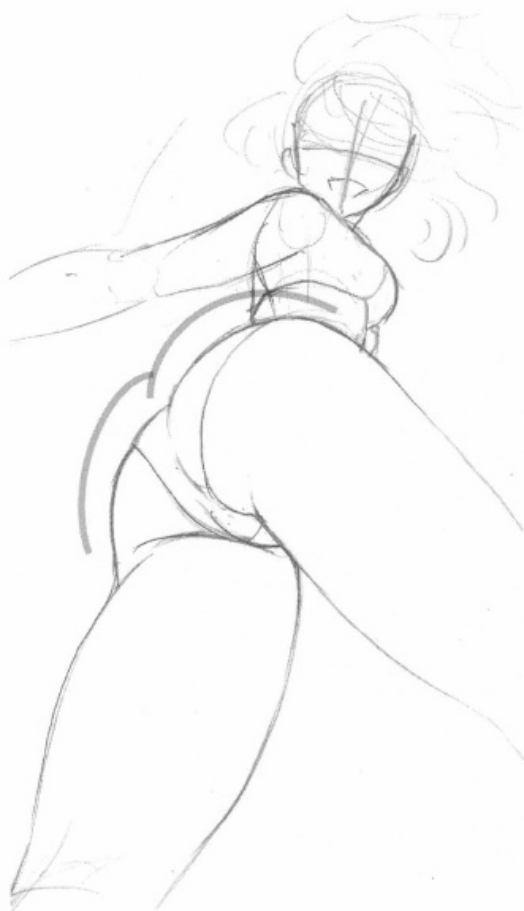
体育座り

あぐら

体育座りの場合、丸いシルエットが現れますが、割れ目はほとんど見えません。

あぐらの場合は肉が平べったくつぶれ、どこがお尻かわからなくなりますが、お尻の肉の柔らかさが現れます。

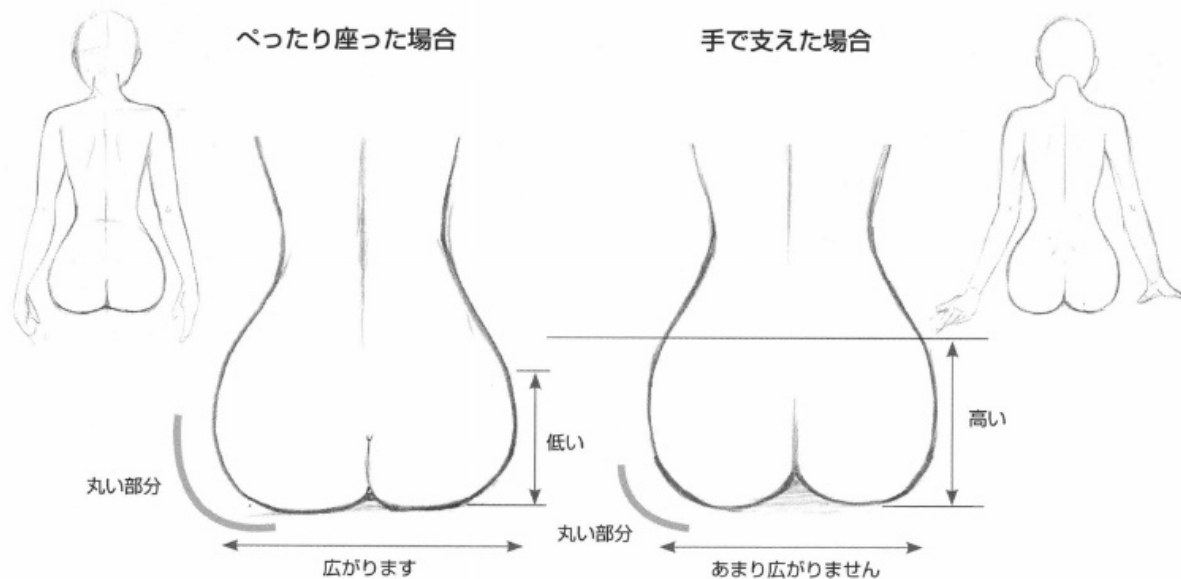
くぼみの線について

骨盤の上端にできるくぼみ。

くぼみを描くことで背中とお尻の間がはっきりします。

骨盤のくぼみは省略しても OK です。

アタリ。ポーズ
イメージ
デッサン
お尻を浮かせて
横座り
ブラとパンツを
描き込んだ場合
体の曲面がはっきり
します。
寝そべりポーズ

お尻を突き出す

●「ｍ（エム）」の字ふうシルエットのお尻

②
③
胴体のアタリ
①
体下面の
中心
④
胴体前面からの
まわり込み
胴体の立体をつ
くり出す曲線
胴体からのつながり
もとらえ、胴体の幅
や厚みを意識して描
きます。
● アウトラインの丸さをとらえるお尻
ほぼ 1 本の曲線
になります。
肉感演出
ぴっちりしたパン
ツの場合、肉に少
し食い込むのでラ
インが途切れます。

座ったポーズのお尻

お尻の丸いシルエットをとらえましょう。

正座で手を
床につく
体が前に倒れるので、
少しお尻が上がります。
正座（カカトの上
にお尻を乗せる
体育座り
体重がかかるの
で、お尻を上げ
ている時よりも
丸くなります。
床について直線的になる部分

お尻と太もものつながり

脚はお尻からつながっています。お尻との「つなぎ目」がわからないものと、お尻との「つなぎ目」がはっきりわかるものがあります。

つなぎ目が出るケース

お尻＋太ももにくびれができるもの

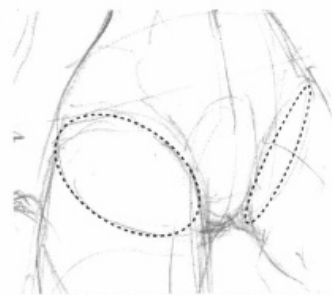
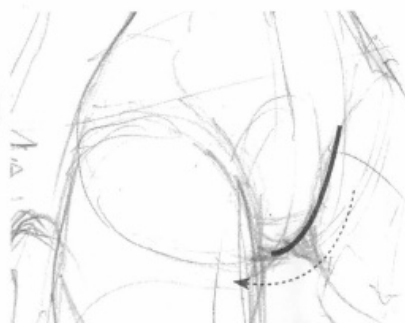
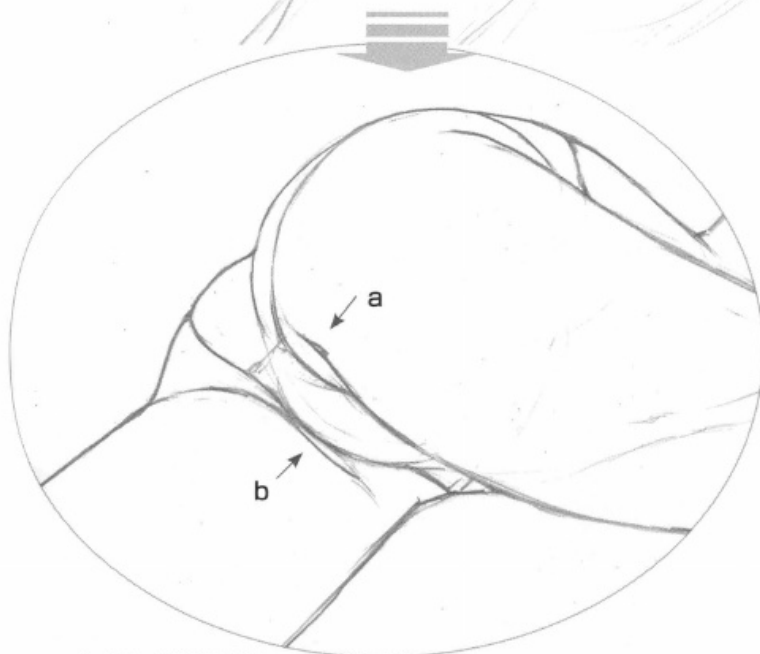
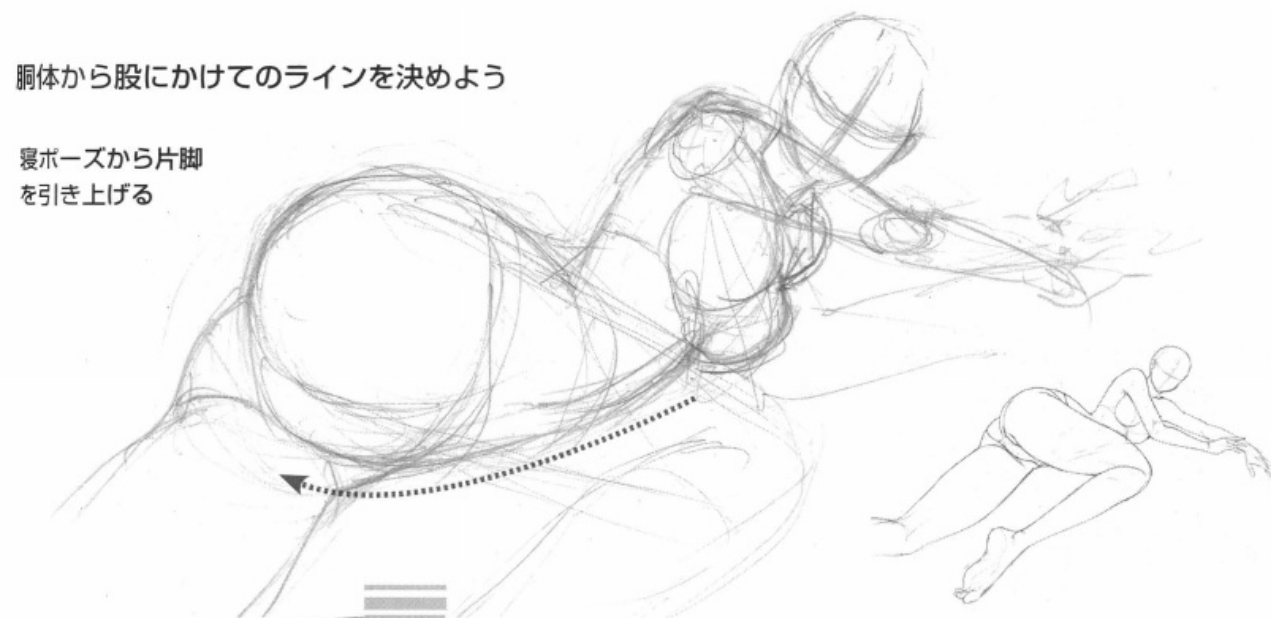
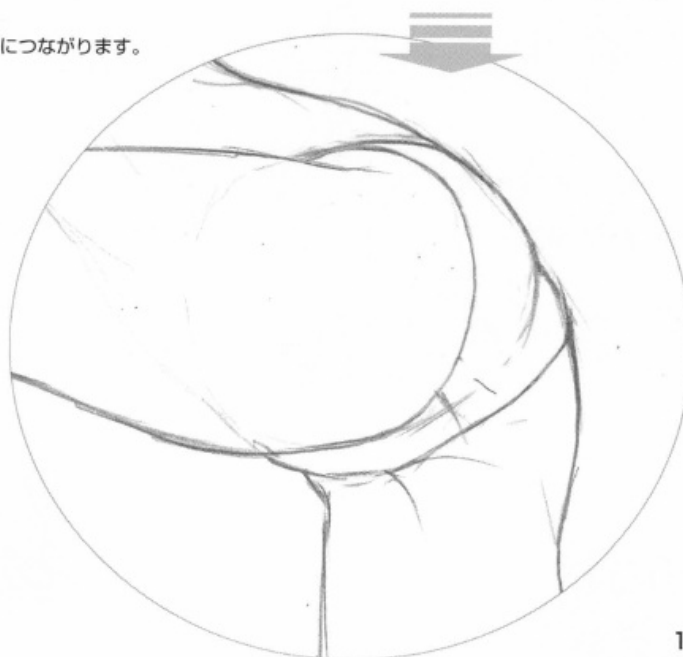
つなぎ目が出ないケース

お尻＋太ももがひとつながりの曲線になる例

股間部

胴体の厚みと脚のつけ根をとらえよう

体の厚みと脚のつけ根

股間部は胴体と脚を理解するために必要です。胴体の最下面をローアングルのポーズから学びましょう。

胴体から股にかけてのラインを決めよう

a.b. 脚のつけ根のライン
a…太ももにつながりますが、股間部からくびれて太ももにつながります。
b…脚の立体にそった曲線です。

体の厚みをとらえます。脚のつけ根、股間、お尻で構成されています。

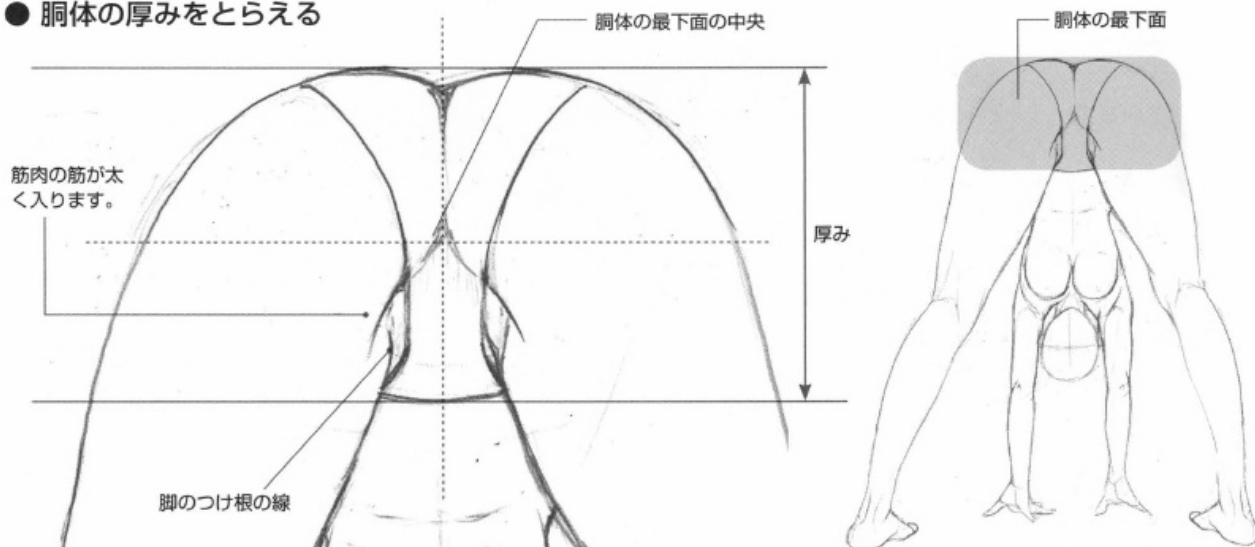
● 胴体の厚みをとらえる

胴体の最下面の中央

筋肉の筋が太く入ります。

厚み

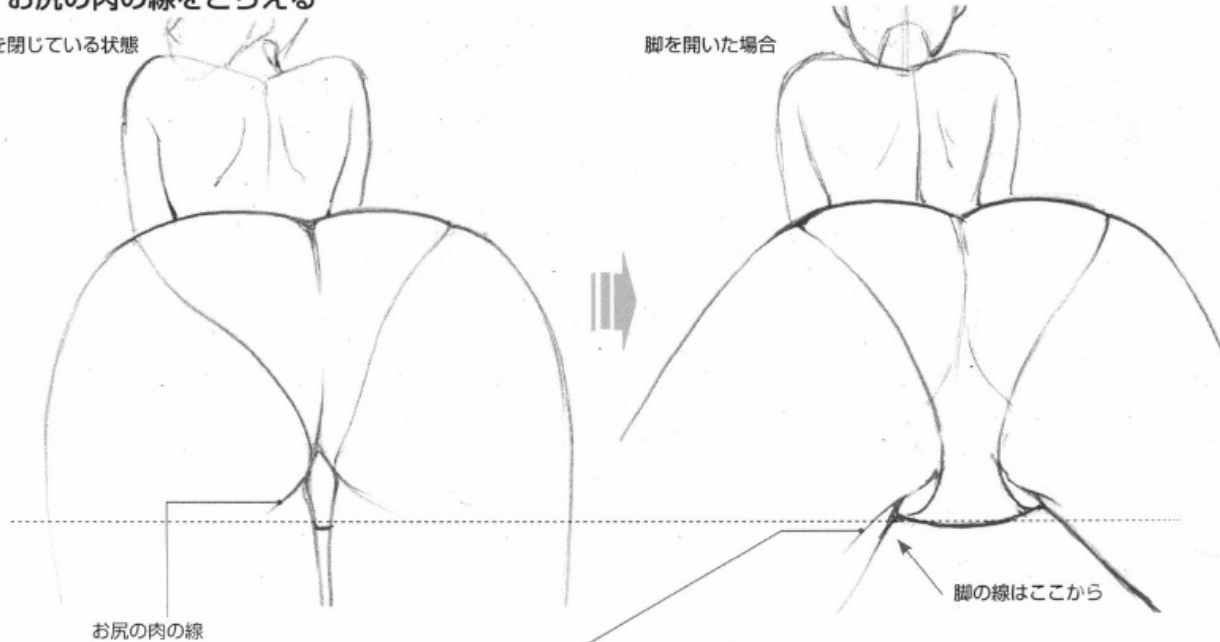
脚のつけ根の線

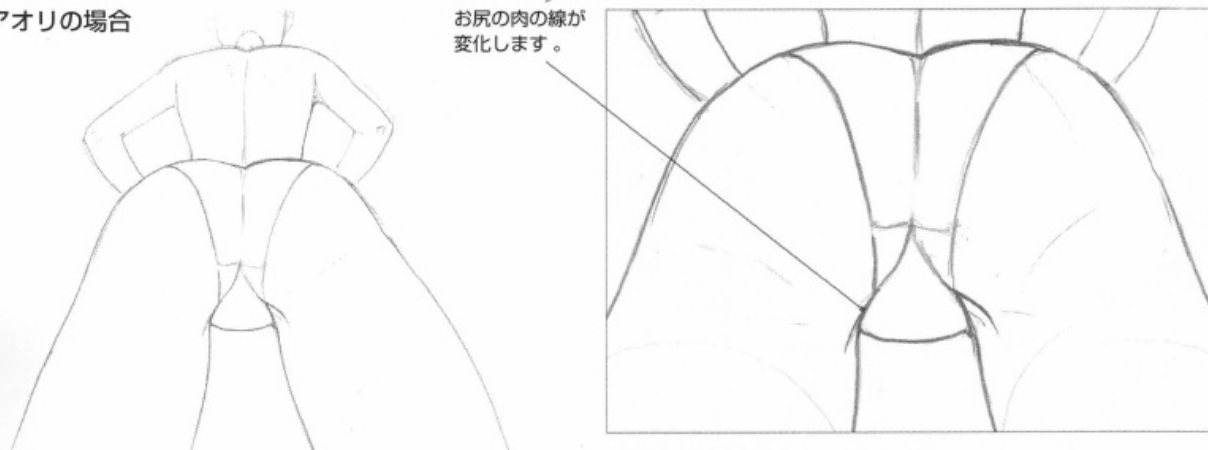
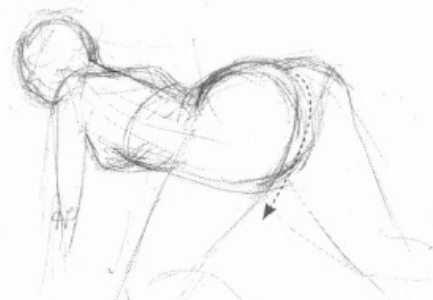
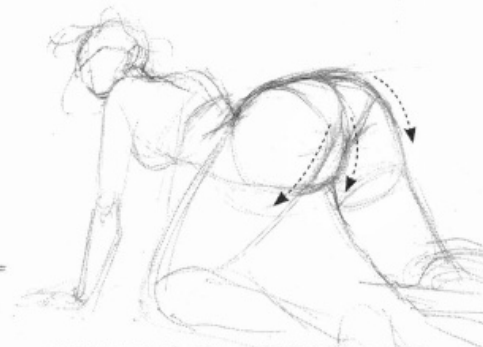
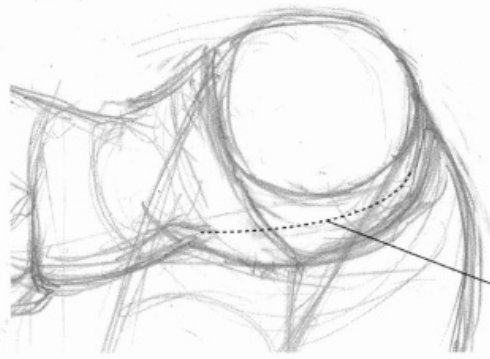
胴体の最下面

● お尻の肉の線をとらえる

脚を閉じている状態

脚を開いた場合

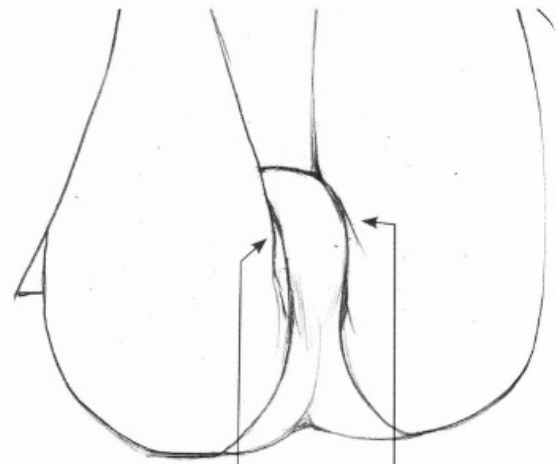
お尻の肉の線

脚の線はここから

アオリの場合

お尻の肉の線が変化します。

●はうポーズ

股間部は曲線のまわり
込みでとらえましょう。
ナナメ後ろ
（ややフカン）
胴体のデッサン。この段階では、脚はお尻
からつなげて形をとります。
お尻まわりのデッサン。股間部と脚のつけ根
のラインを整えます。
ほんの少し
ナナメ後ろ
（ややアオリ気味）
脚のつけ根の
線はわずかに
出ます。
筋肉の線が少し
浮き出します。
中心線もまわ
り込みます。

● 寝ポーズ・仰向け

脚をＭ字に開く

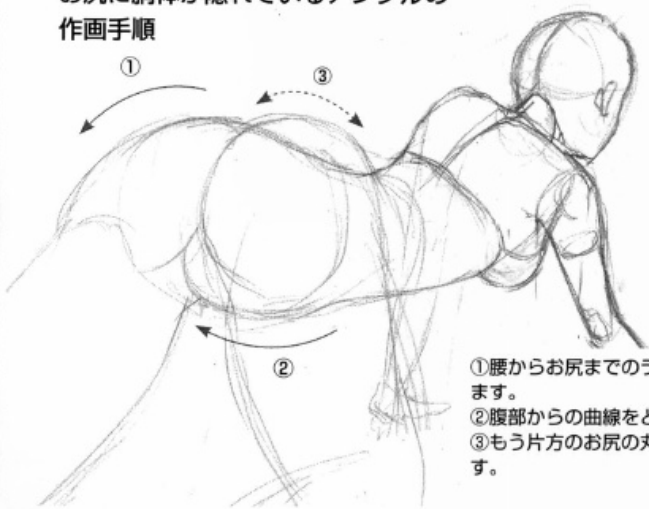
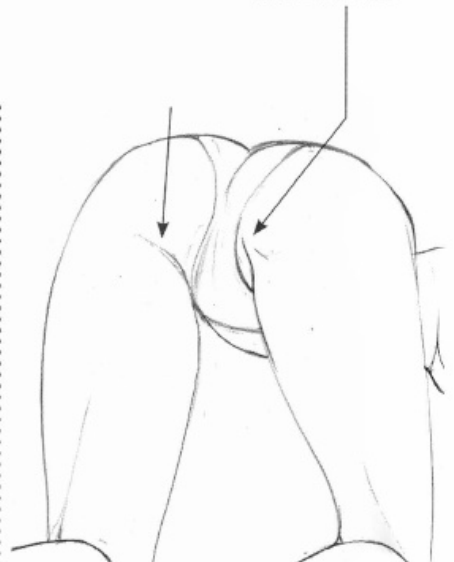
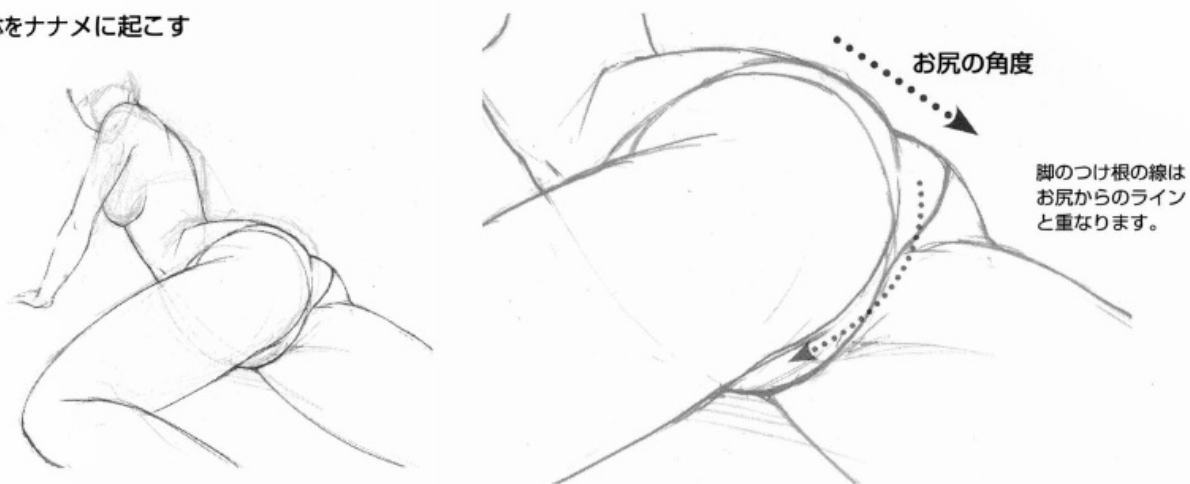
デッサン

お尻から脚、体下面（股まわり）を描くためのデッサン

脚のつけ根の線。

お尻に胴体が隠れているアングルの作画手順

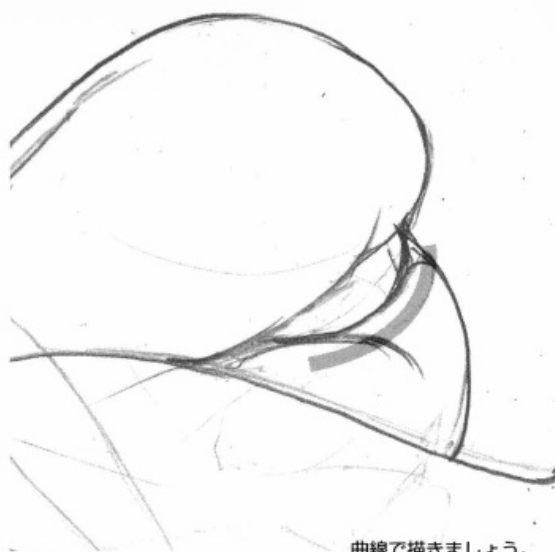
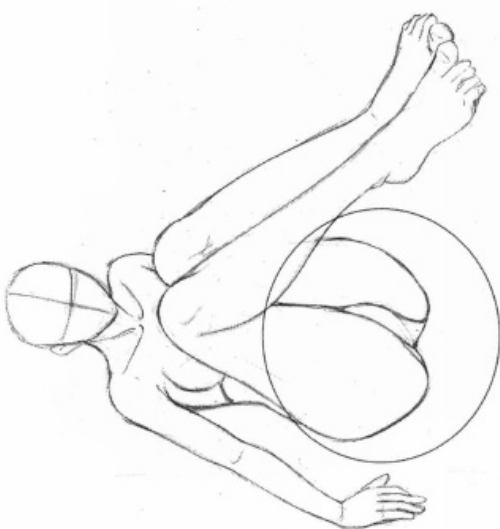
①

③

②

①腰からお尻までのラインをとります。
②腹部からの曲線をとります。
③もう片方のお尻の丸みをとります。

●寝そべりポーズ
脚を開く
お尻の角度
デッサン
脚のつけ根の線
体をナナメに起こす
お尻の角度
脚のつけ根の線は
お尻からのライン
と重なります。
身を起こして大きく
足を踏み出す
前後に脚を開くと、お尻は
平べったい感じになります。
また、体下面の平らな感じ
がわかります。
脚のつけ根の線

● 蹴るポーズ

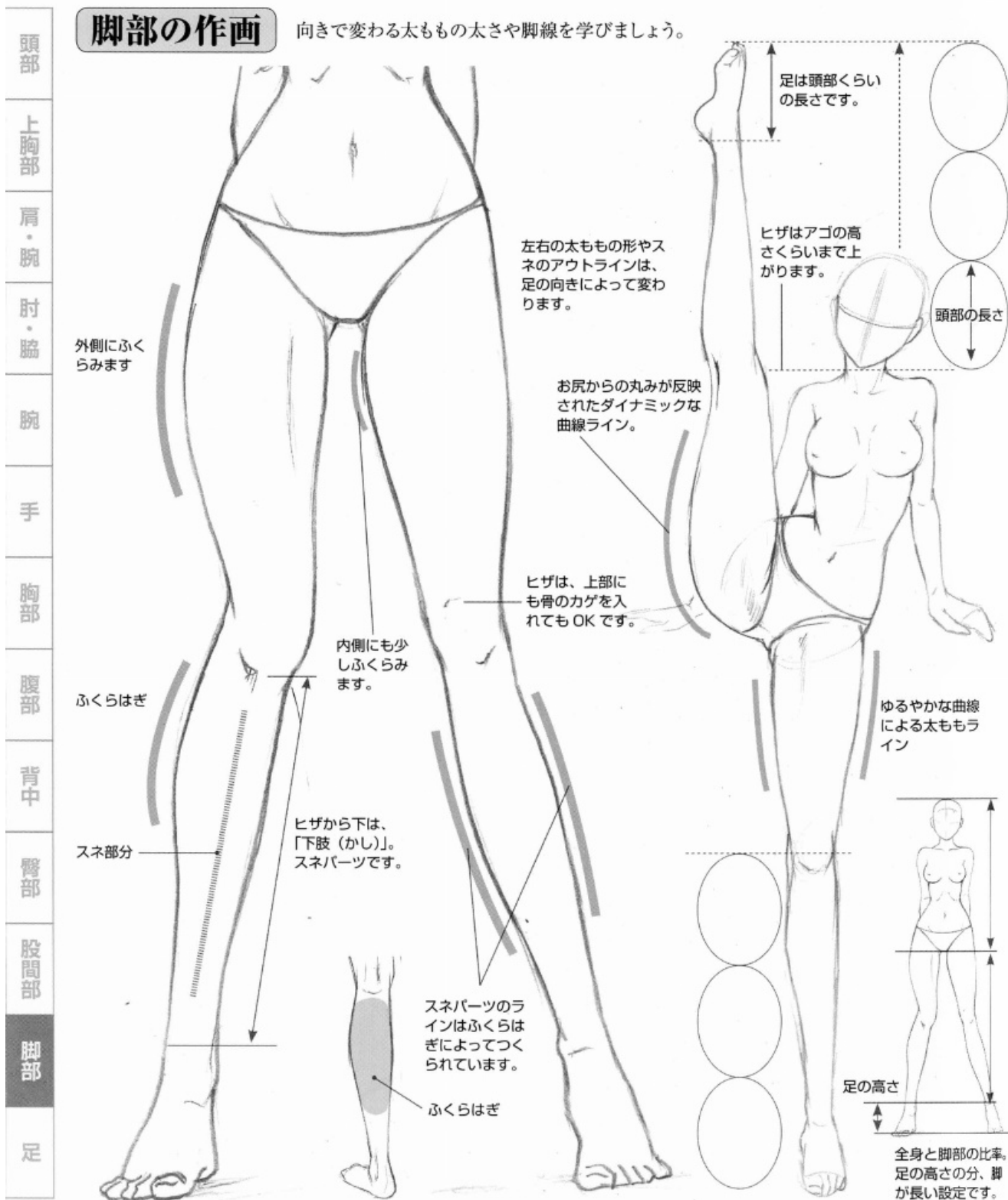
通常アングル
脚を上げる前
力が入るので、
筋肉の線が浮き
出します。
アオリ
左右に大きく開くと、
筋肉の線が強く浮き
出します。
脚の上にお尻の肉が重
なっているのがわかり
ます。
頭部
上胸部
肩・腕
肘・脇
腕
手
胸部
腹部
背中
臀部
股間部
脚部
足

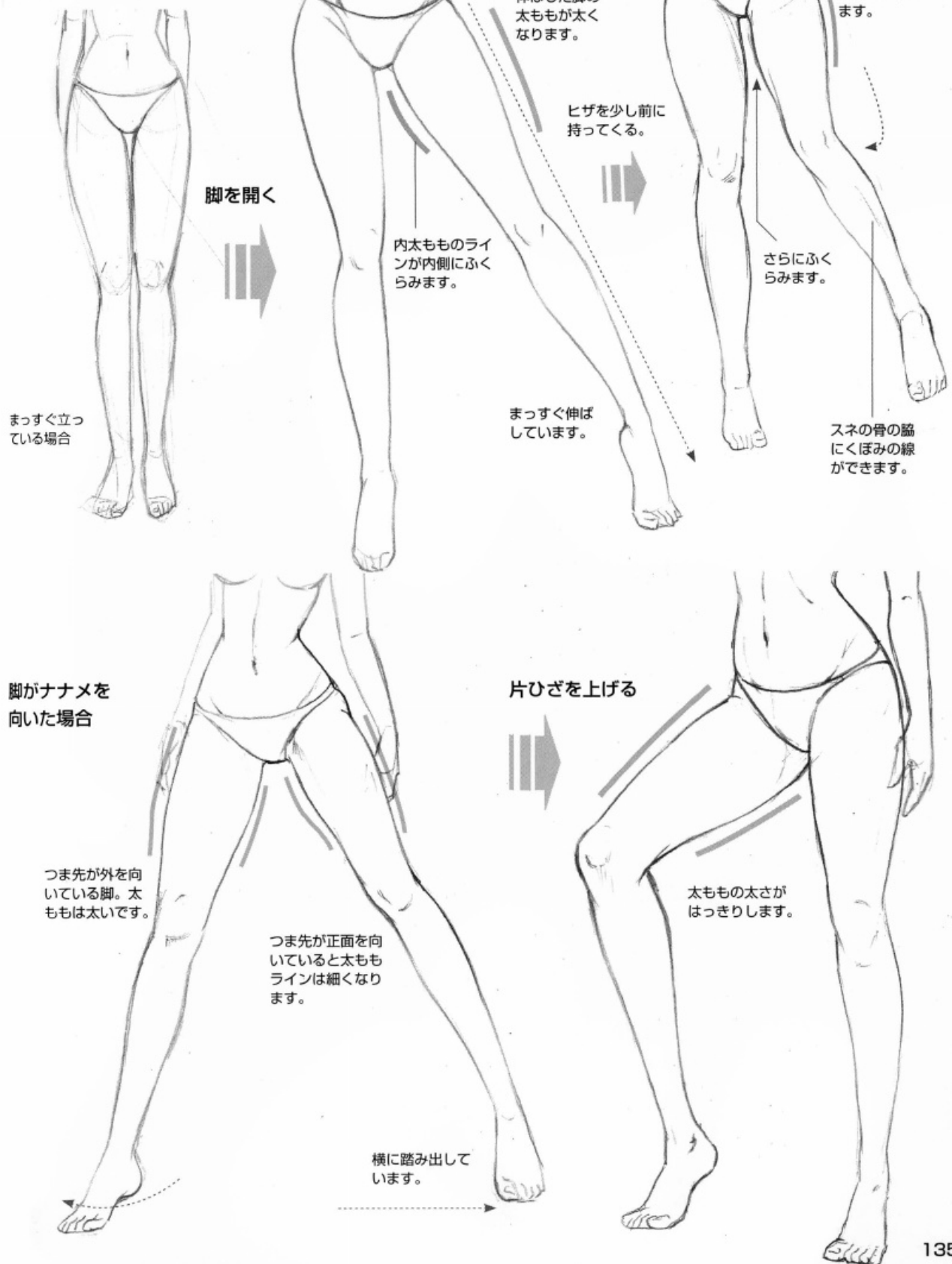
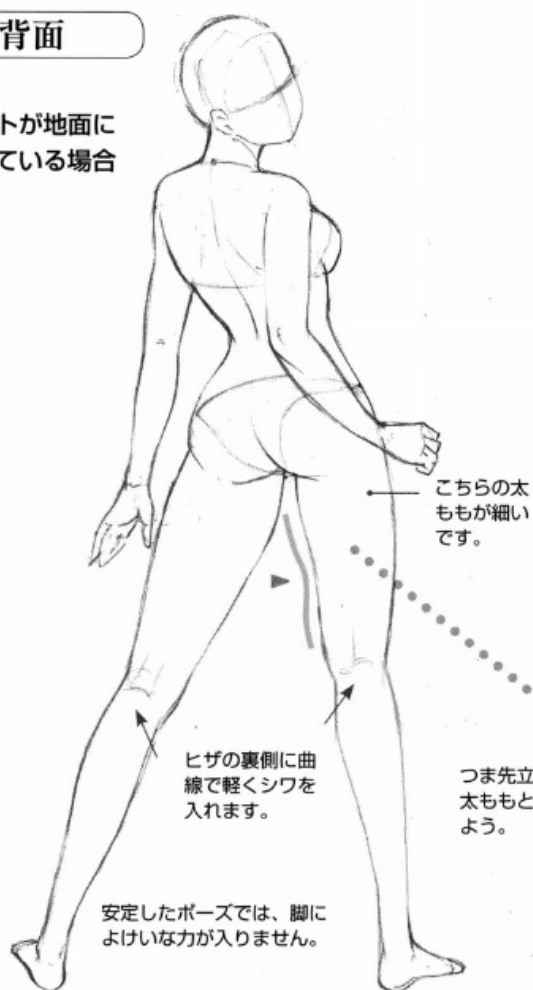
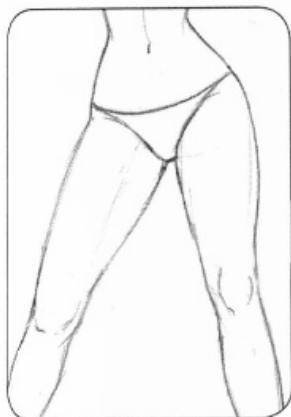
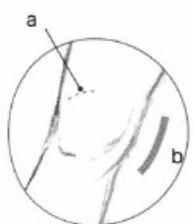
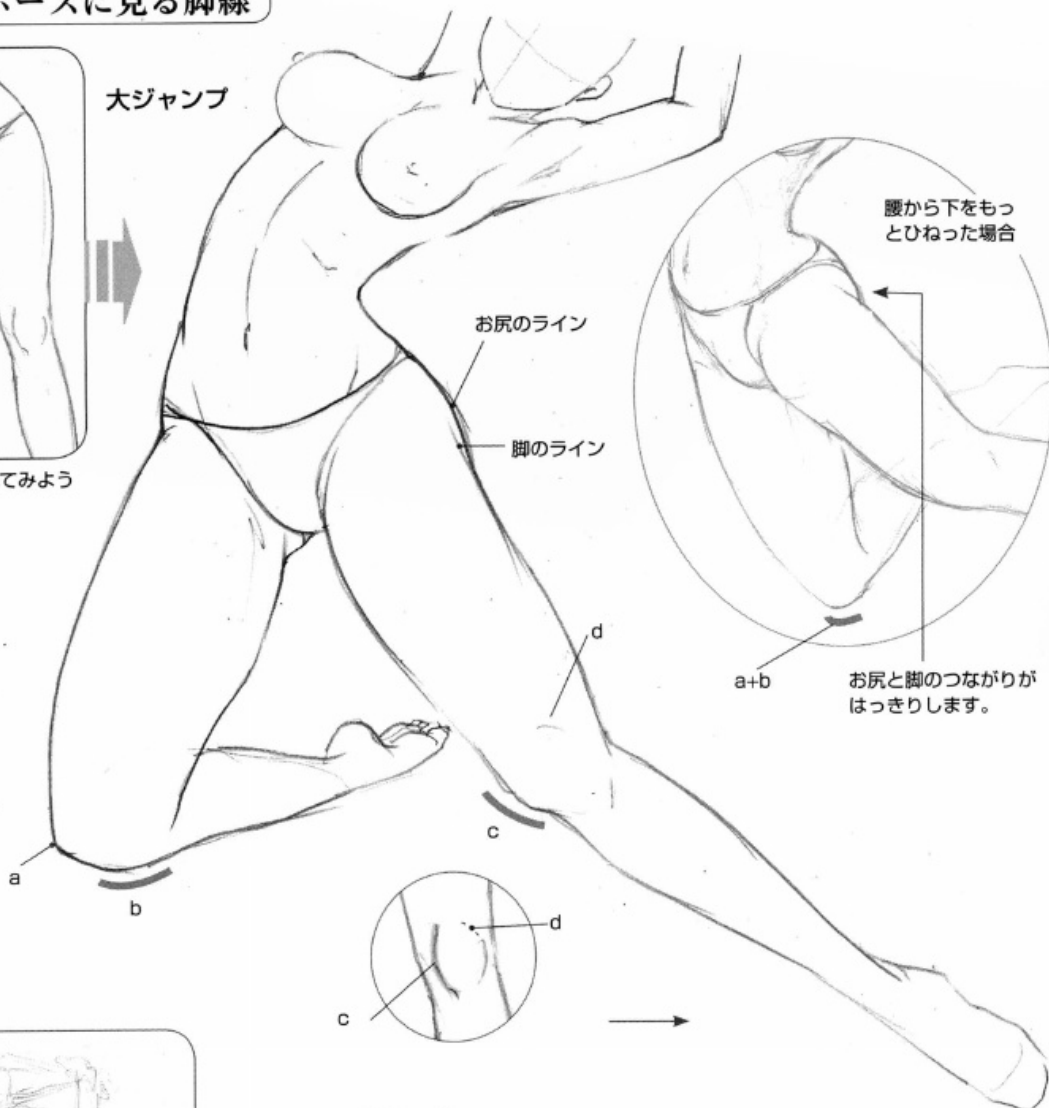
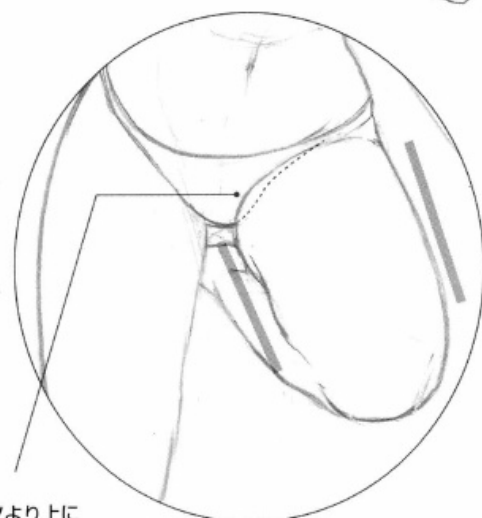
股間の丸み

胴体の立体感は股間にも反映されます。丸みの曲線も、体に立体感を与えます。

曲線で描きましょう。

脚部

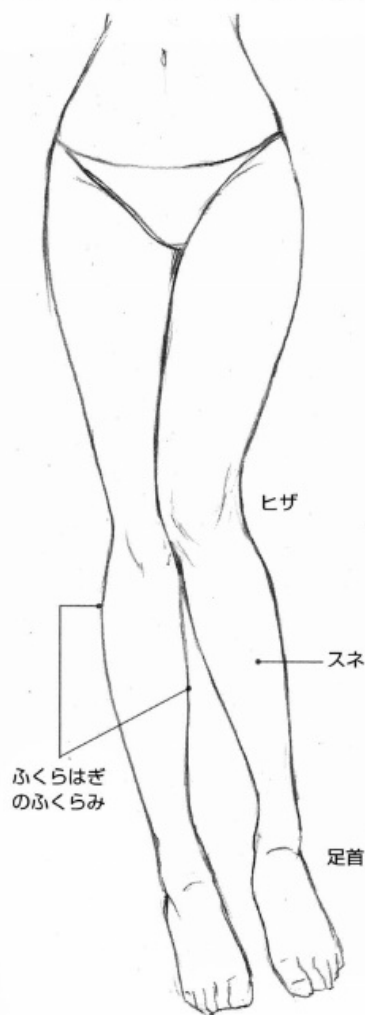
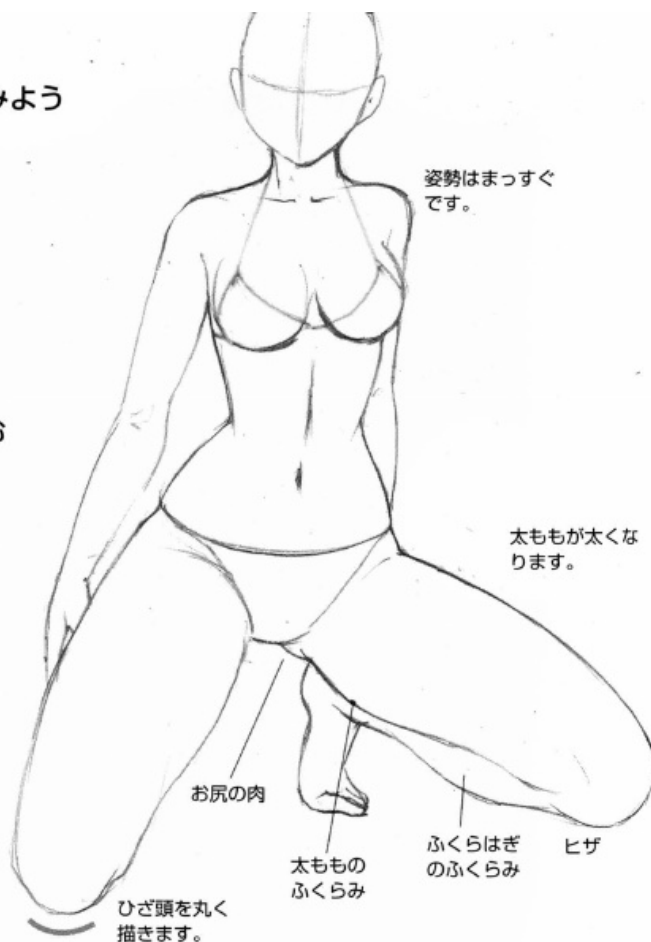
しなやかな線でセクシーな美脚を描こう

脚部の作画

向きで変わる太ももの太さや脚線を学びましょう。

脚線の表情をとらえよう

正面・ナナメ

背面
カカトが地面についている場合
つま先立ちの場合
こちらの太ももが細いです。
ヒザの裏側に曲線で軽くシワを入れます。
つま先立ちの右脚、太ももと比べてみよう。
太ももにも筋肉の線が軽く浮き出します。
安定したポーズでは、脚によけいな力が入りません。
ポイント ヒザの裏をとらえよう
ヒザの裏側を描く時も、ヒザ関節の丸みをとらえます。
両足ともつま先立ち。脚に力が入り、ヒザの裏に筋肉の線がはっきり現れます。
スネパーツがヒザ裏からつながっているように描きます。
足首の腱が浮き出します。
頭部
上胸部
肩・腕
肘・脇
腕
手
胸部
腹部
背中
臀部
股間部
脚部
足

動きのあるポーズに見る脚線

デッサン。太ももは脚線の始まりです。脚のつけ根・股と胴体の最下面をとらえましょう。

このアングルでは、太ももはほとんど太さが同じままヒザにつながります。直線に近い曲線を用いましょう。

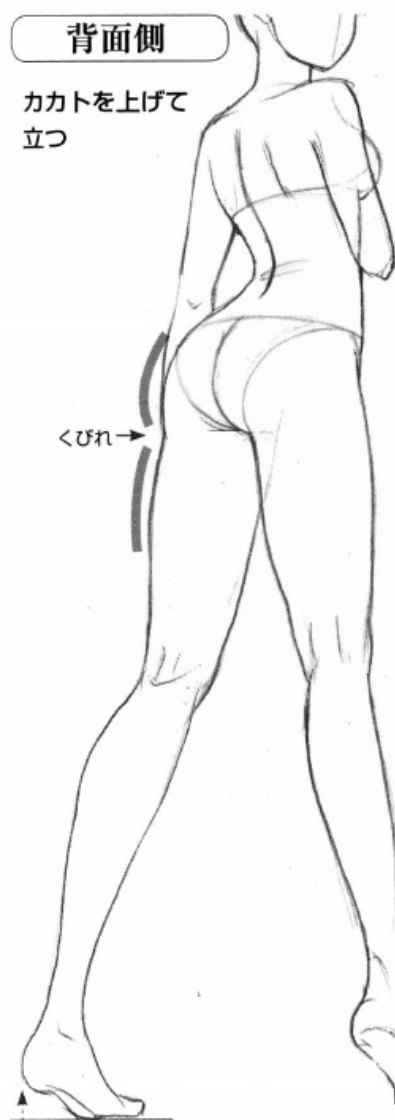
● ヒザ・太もも・ふくらはぎの変化を見てみよう

頭部
上胸部
肩・腕
肘・脇
腕
手
胸部
腹部
背中
臀部
股間部
脚部
足

● ヒザまわり・ヒザの裏側にも注目しよう

太もも

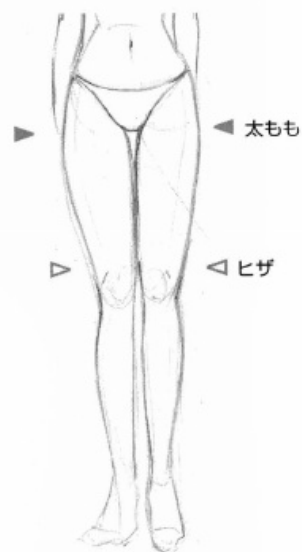
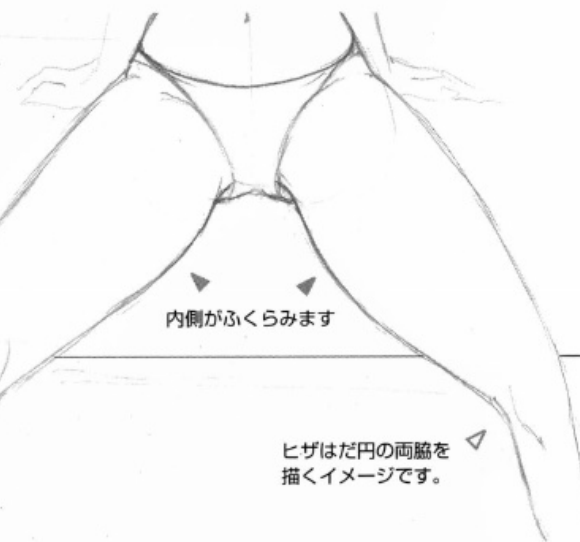
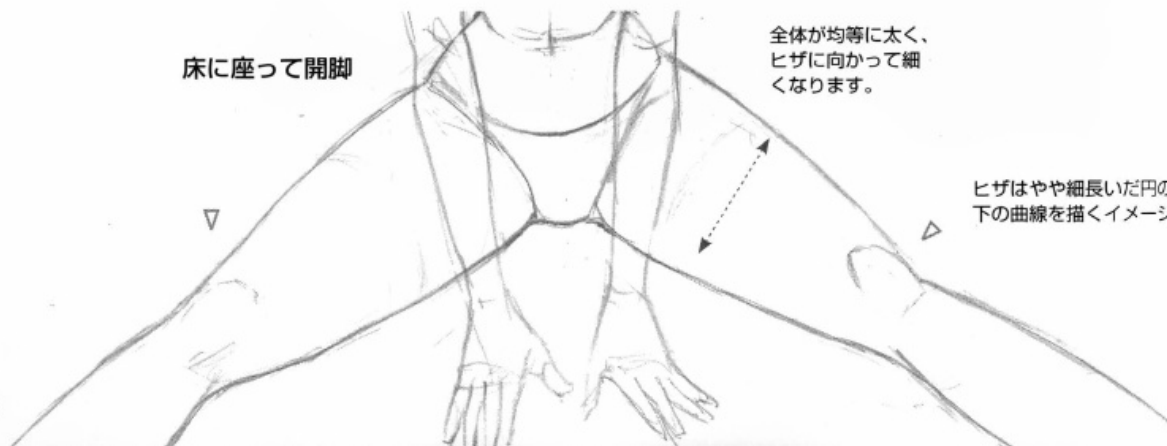
太ももの立体感をとらえましょう。

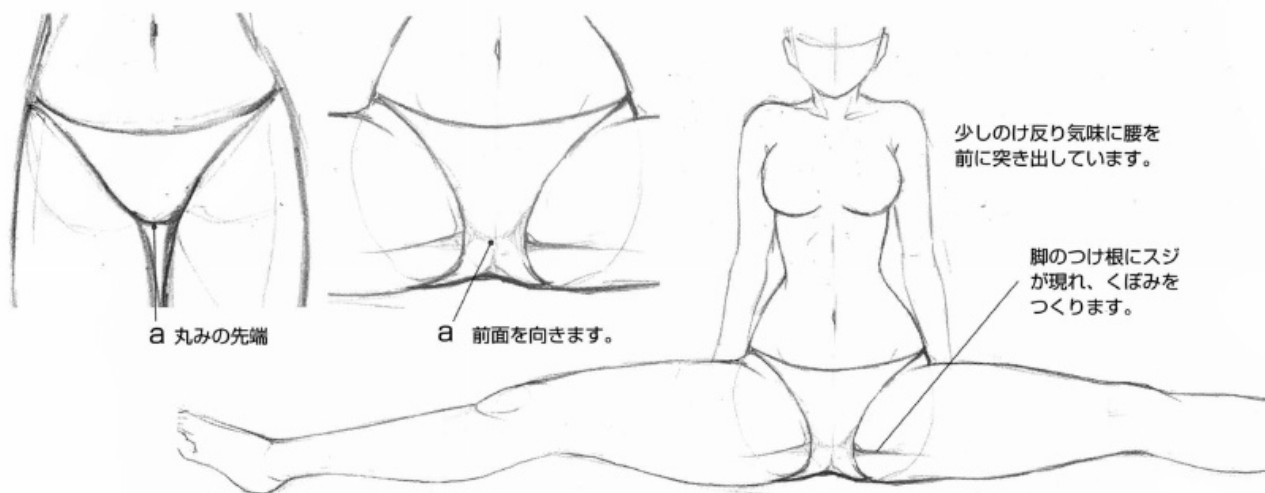
正面側

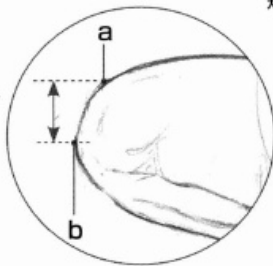
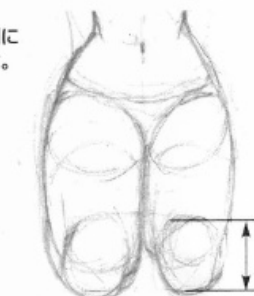
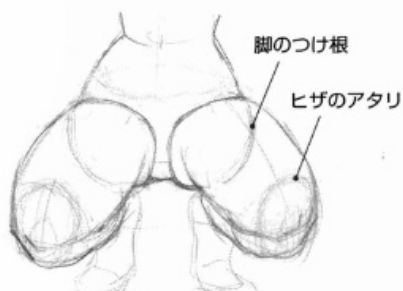
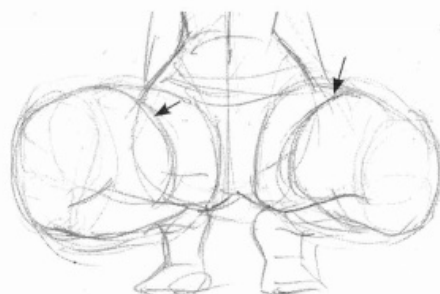
背面側

カカトを上げて
立つ
くびれ
片ヒザを
前に出す
くびれが目立た
なくなります。
カカトを
つける
太くなり
ます。
片足立ちで
足先をひねる
アオリ
太ももがアップの状態に
なるので、太ももは曲線
を強調しないで棒状に描
くと自然に見えます。
ニーソックスラインを入れると立体感が出てきます。

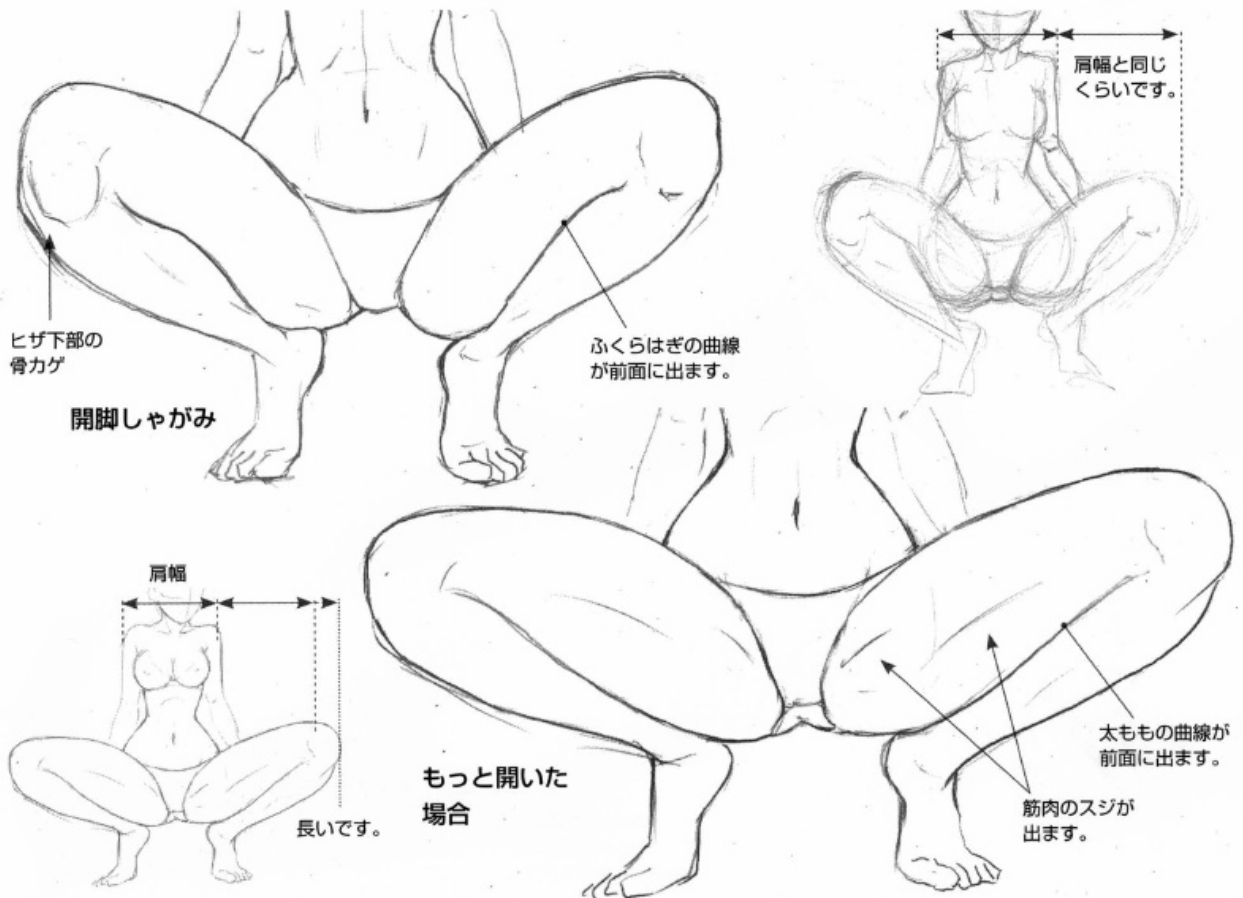
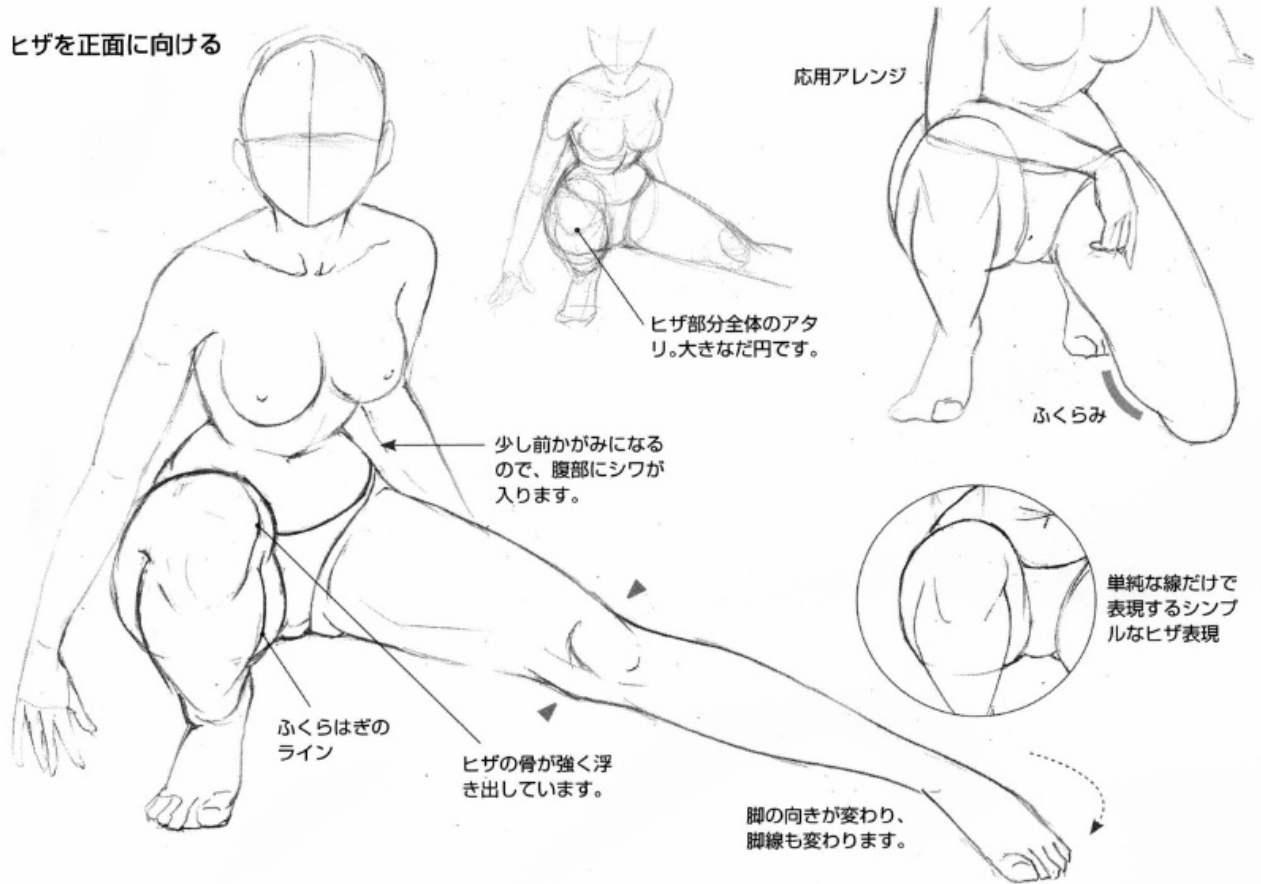
座るポーズ

太ももとヒザ

ヒザと太ももライン、脚のつけ根に
注目しましょう。

● 開脚ポーズの脚線と脚のつけ根

太もも、ヒザ、ヒザから下のラインの変化を観察しましょう。

しゃがむ・座り込む

● 太ももとヒザの動きと変化

ヒザを開く
左右非対称。右と左で高さが違います。内太もものラインや、ヒザまわりのシルエットの違いをとらえましょう。
通常アングルです
ヒザをもっと開く
足の位置のわずかな前後の違いで、内太ももやふくらはぎのラインに違いが出ます。どちらかに決めて、左右対称に描くと楽です。
脚のつけ根
ヒザのアタリ
デッサン。脚のつけ根とヒザのアタリを丸く取りましょう。
※この段階では、左右そろえています。
左足の位置はカカトが手前です。
右脚はやや奥（カカトがお尻の下）です。
座り込んだ場合
フカンです。脚部は必要に応じて左右対称に描きましょう。
太ももにニーソックスラインを入れて、立体感をとらえます。
わずかにふくらはぎのふくらみが出ます。
ラフデッサン。床についた股の位置をとります。

ダイナミックなセクシーポーズ

ヒザを正面に向ける
ヒザ部分全体のアタリ。大きなだ円です。
応用アレンジ
ふくらみ
少し前かがみになるので、腹部にシワが入ります。
単純な線だけで表現するシンプルなヒザ表現
ふくらはぎのライン
ヒザの骨が強く浮き出しています。
脚の向きが変わり、脚線も変わります。
肩幅と同じくらいです。
ヒザ下部の骨カゲ
ふくらはぎの曲線が前面に出ます。
開脚しゃがみ
肩幅
長いです。
もっと開いた場合
太ももの曲線が前面に出ます。
筋肉のスジが出ます。

ふくらはぎの作画

ヒザまわりやふくらはぎの肉感表現を見てみましょう。

ふくらはぎを強調する表現

● 座ってヒザを立てるポーズ

足先に力が入っていることで骨が浮き出し、ふくらはぎ部分がハッキリ現れています。

ヒザの位置を決めましょう。

ヒザを上げる前のポーズ。寄りかかっています。

太ももが前に出ているので、つけ根部分にシワができています。

ヒザを立てるにつれて、ふくらはぎがつぶれてふくらみが出てきます。

つけ根のシワの曲線で、太ももの曲面と立体感が生まれます。

脚で見えなくなる胴体
の作画も重要です。
スネの骨の脇に
くぼみができま
す。
床にぺったりついてい
るので、太ももが太く
ふくらんでいます。
太ももにふくらはぎ
が強く押しつけられ
ています。
スネの骨がはっ
きり現れます。
座面、ヒザ、足首、足
の位置を決めながらデ
ッサンします。

ふくらはぎのシンプル表現

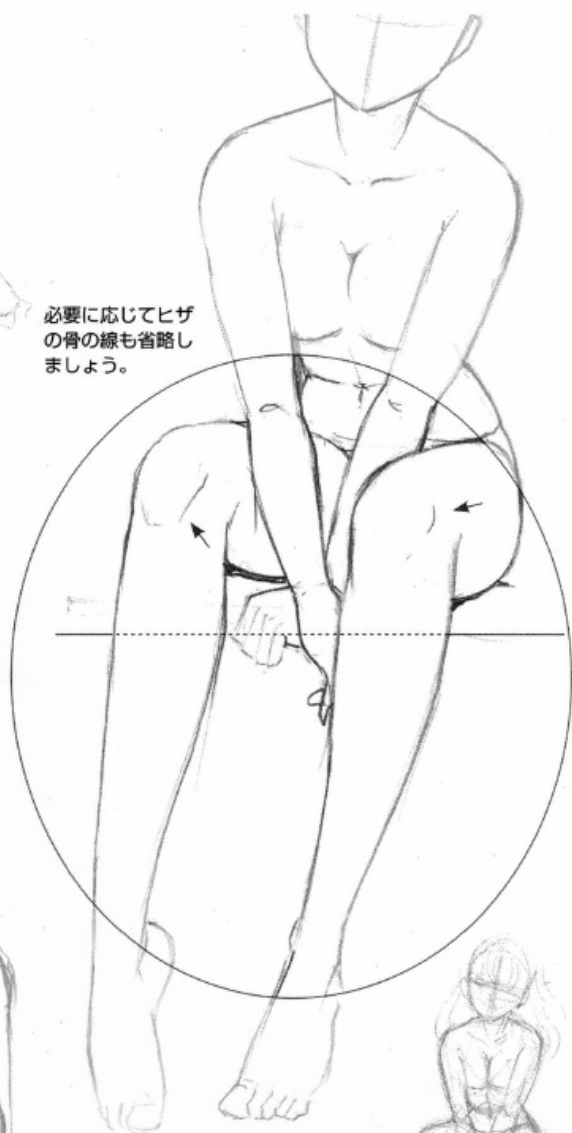
スネの骨の脇にできるカゲは肉感を与えますが、同時に「たくましい」印象を与えることもあります。
カゲを省略してふくらはぎの曲線だけにすると、シンプルな脚線が生まれます。キャラのしなやかさや、優しい印象にしたい時に有効です。

● 太ももにふくらはぎがついている場合

ふくらはぎは太ももに押しつけられることで、通常よりもふくらみます。

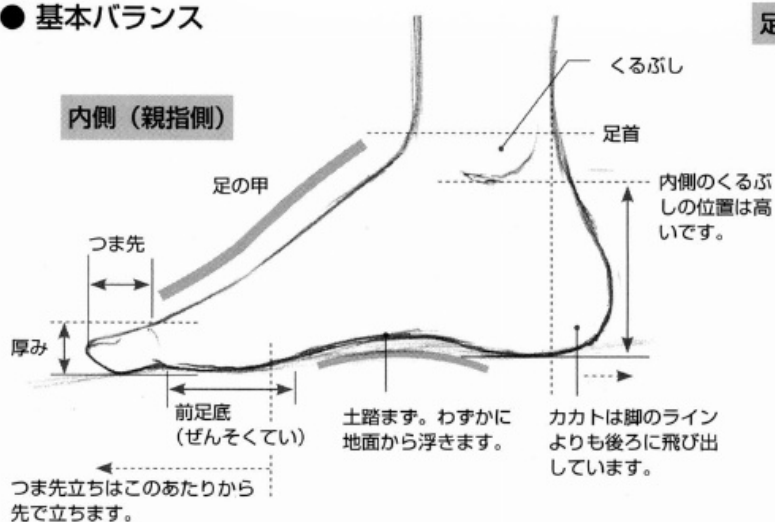
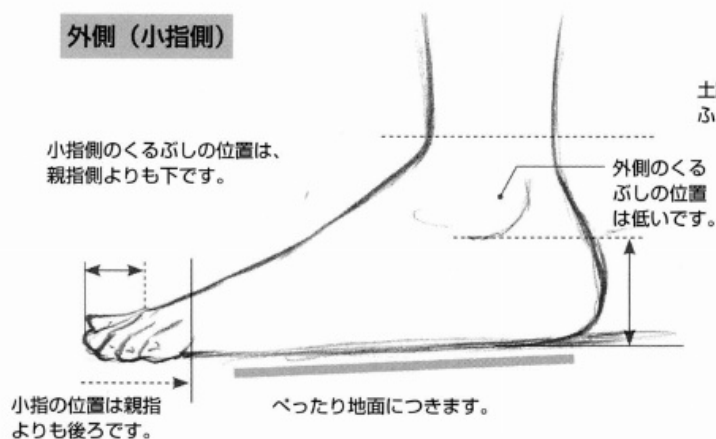
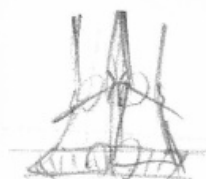
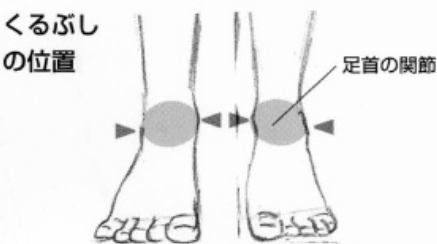
● 太ももにふくらはぎがついていない場合

ほんのちょっとだけヒザを上げると、美しい脚線が演出されます。

必要に応じてヒザ
の骨の線も省略し
ましょう。
ほっそりしたふくらはぎの
ラインは、スリムなキャラ
をイメージさせます。
ヒザの骨の浮き出しを
描き込んだ場合。
ヒザの骨から続く腱
のライン
お尻の位置をとりながら
ヒザ、脚線をデッサンし
ます。

足

ポーズ別に足の表情を見てみよう

足の作画

右側、左側で変わります。形の特徴を学びましょう。

いろいろなポーズの足

大づかみな形をとって描きましょう。

うつぶせポーズの足

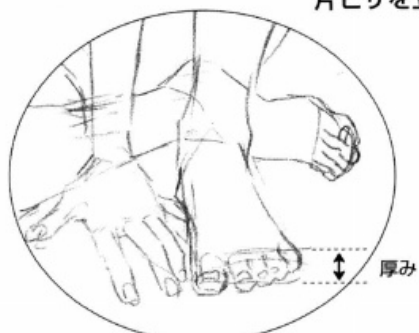
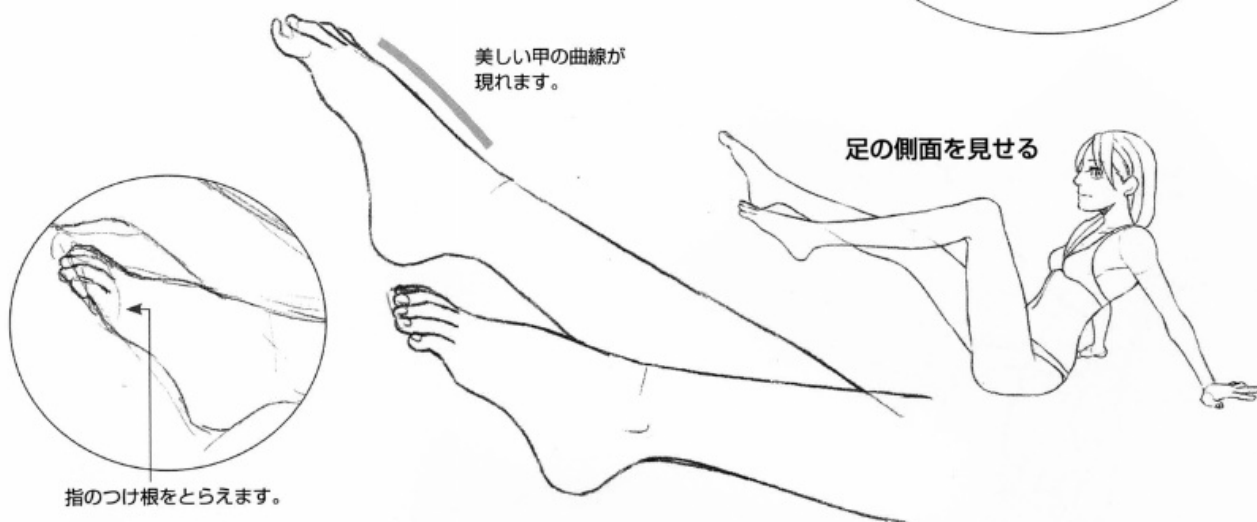
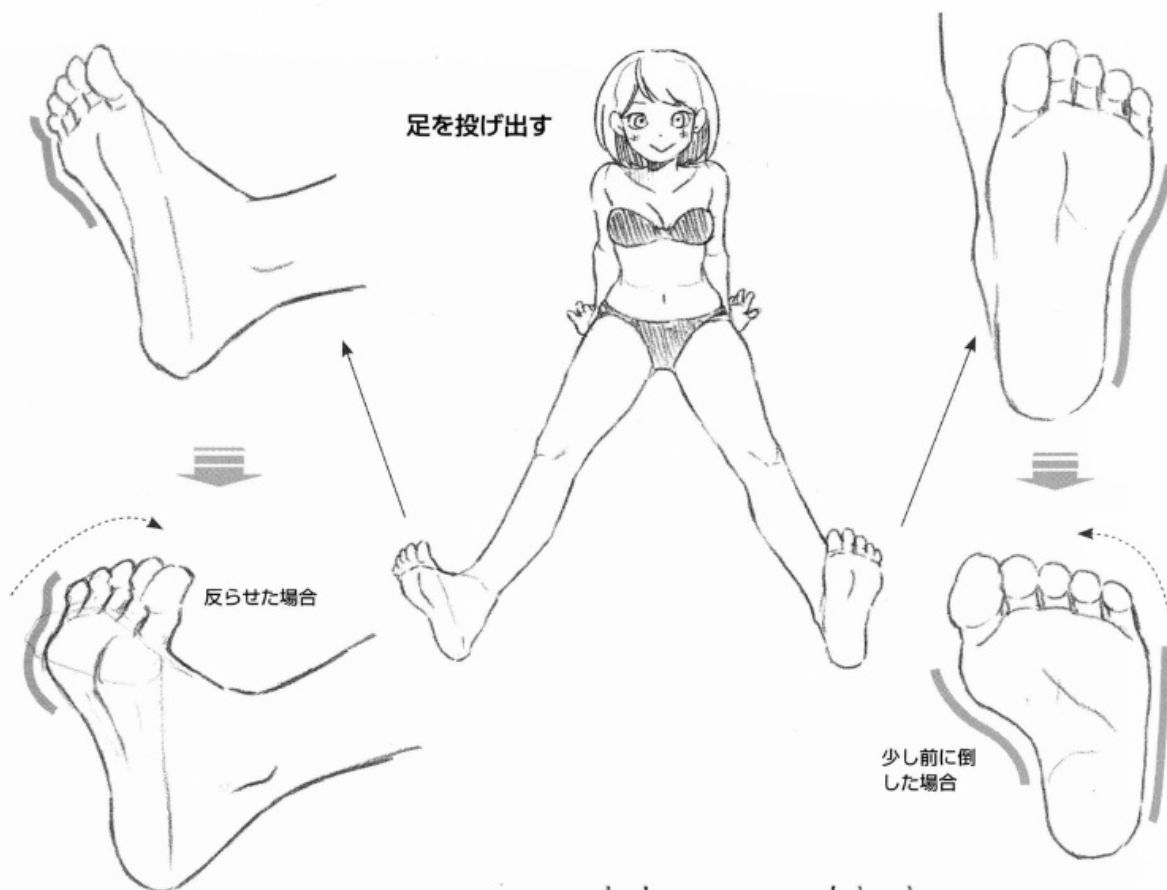
● 脚を組む

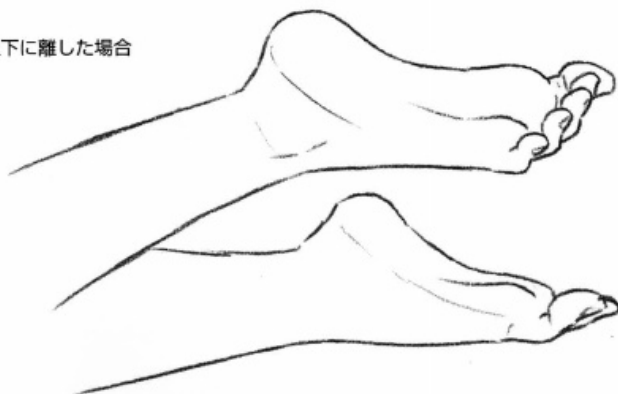
つま先やカカト、足首をとらえるアタリの線に注目しましょう。

単純化してデッサン。直線を主体に用いて形をとっています。見え方に応じて、とらえやすいように形をとりましょう。

つま先のシルエットを曲線でとります。

座ったポーズの足

両足をクロスして
座る
指と足の底をとらえましょう。
片ヒザを立てて座る
厚み
指のつけ根やアシ先の位置だけでなく、同時に指のつけ根の厚みもとらえて描きます。
手と足はほぼ同じ大きさです。
美しい甲の曲線が現れます。
足の側面を見せる
指のつけ根をとらえます。

足を投げ出す
反らせた場合
少し前に倒
した場合
つま先を内側にひねる
角形にアタリをとって
デッサンしています。
カカトは足首より後ろに突き出し
ているものなので、足首からのラ
インをナナメにとっています。

ヒザ立ちポーズの足

足と脚のつなぎ目をとらえます。
やや ナナメ向き
ナナメ向き
足の指をそろえた場合
足の指を開いた場合。自然な状態ではこうなっていることが多いですが、作画ではそろえて描きましょう。
ナナメ後ろ
後ろ
カカトを離した場合
上下に離した場合

座ったポーズ・後ろ姿の足

カカトにお尻を乗せる

ゆるやかな
曲線状

Wの字状の起伏

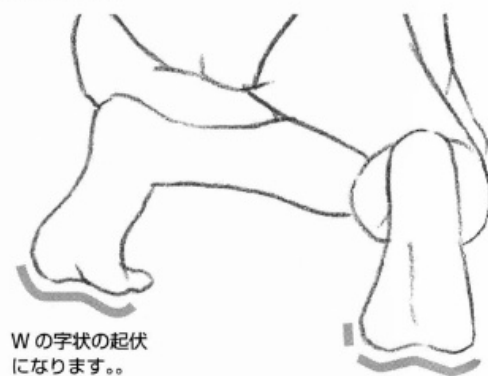
アタリは直線的に
とらえましょう。

くるぶしの
アタリ

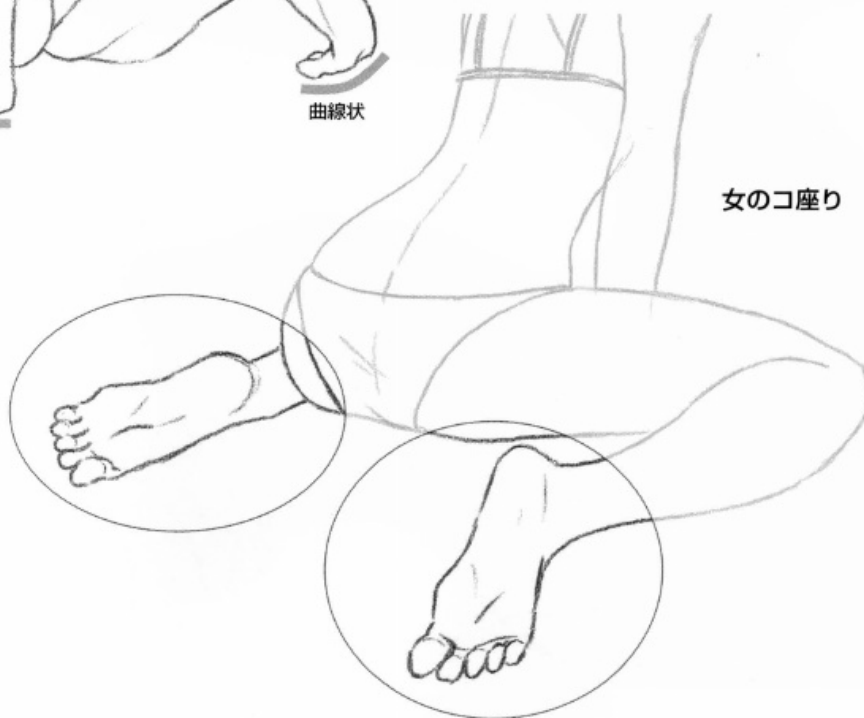
お尻を浮かせる

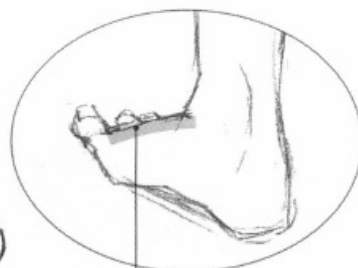
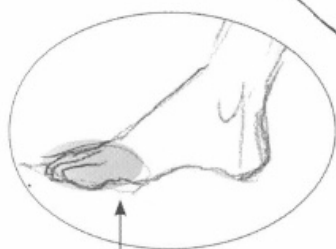
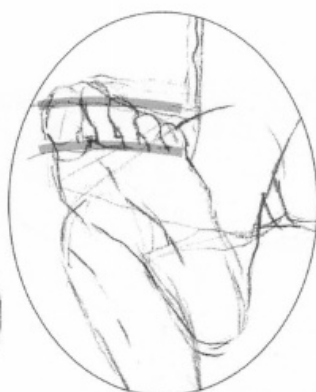
直線状

曲線状

足の位置をずらす

Wの字状の起伏
になります。。

足の裏がまっす
ぐこちらを向い
た状態です。

女のコ座り

指のつけ根をとらえましょう。

立ちポーズの足

足の甲のラインをとってから指を描き込みます。
平らにとって、カカトの丸さをつけます。
足底をとらえます。
歩く
寄り掛かるポーズ
隣から見下ろした足もと
脚と足との境をとらえるアタリ線です。
つま先部分のアタリを丸くとっています。

足上げポーズ
美しい山型のシルエットが出る角度です。
指のアタリをつけ根とほぼ平行にとって描いています。
途中まで上げる
高く上げる
土踏まず脇の曲線の変化を見てみましょう。
正面に向けた左足
曲線状のシルエット
両足を上げる
やや正面・上に向けた右足
ほぼ正面を向いた両足
頭部
上胸部
肩・腕
肘・脇
腕
手
胸部
腹部
背中
臀部
股間部
脚部
足

第３章

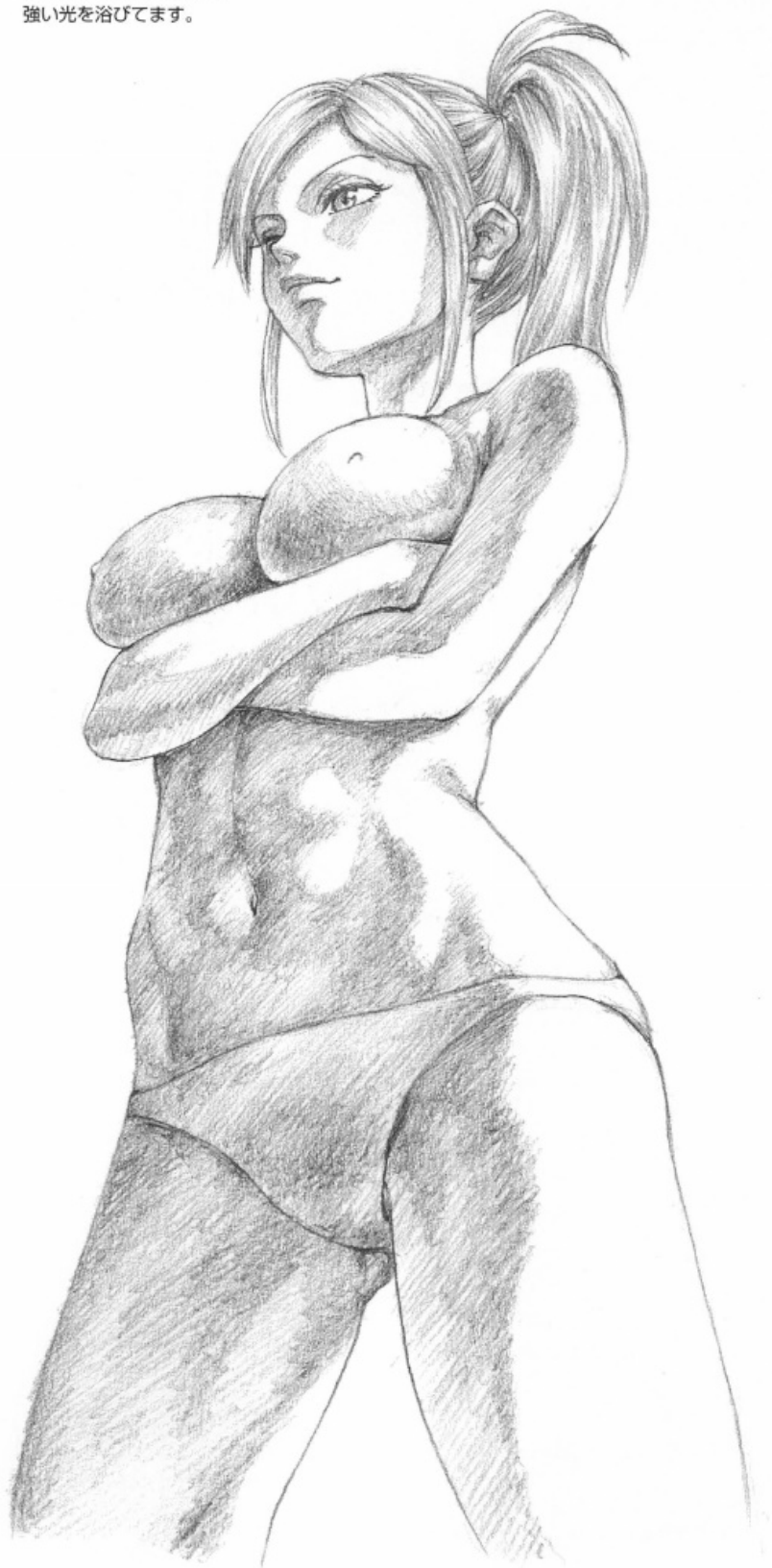
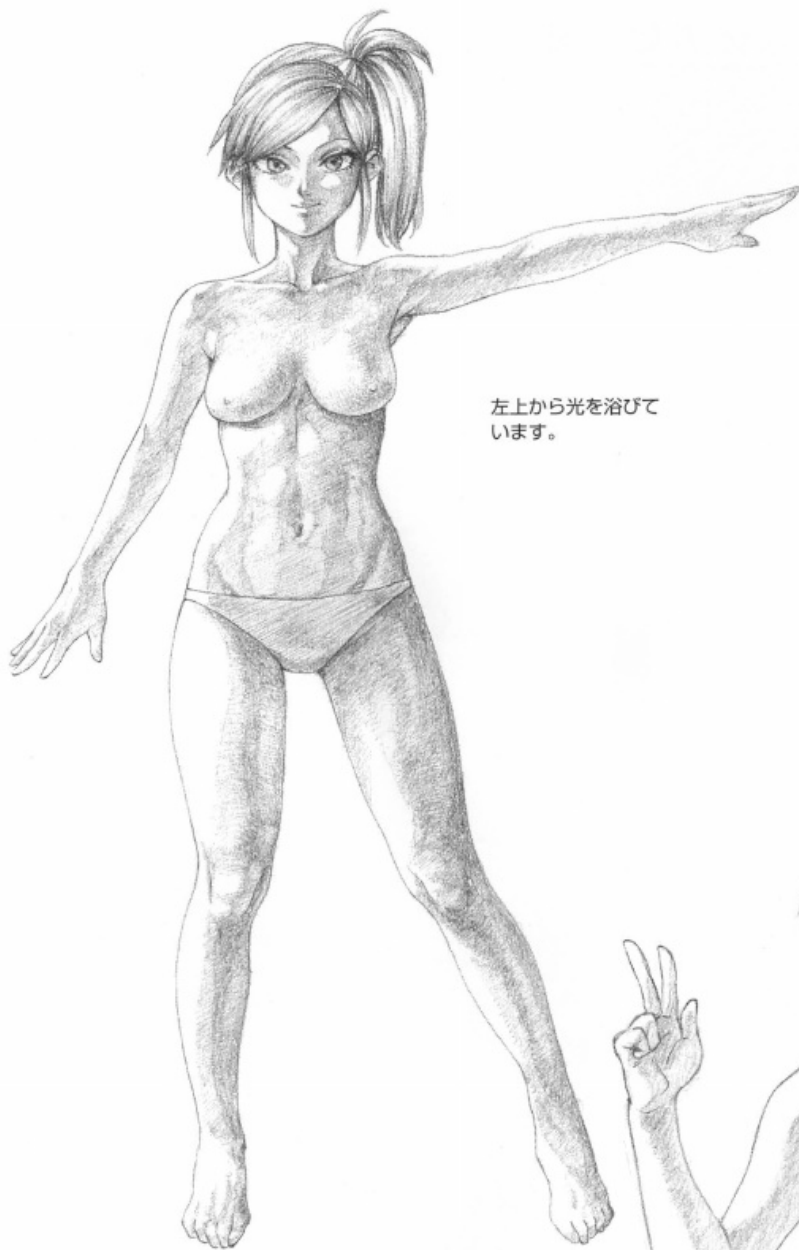
テーマギャラリー

セクシーポーズ表現

テーマ グラビアアイドル気分のポーズ

クロッキーの
モデル気分
動きで見せ
ます♡
ちょっぴり
恥ずかしい
かも
構図で見せ
ます

カゲで肉感をアピール

右上、やや後ろの方から
強い光を浴びてます。

線画

左上から光を浴びて
います。

顔アップの場合。

床のカゲは省略 OK。キャラの肉感表現が
テーマだからです。これが、「肉感的なキ
ャラのいる画面づくり」がテーマになると、
床にカゲが入った方が効果的になります。

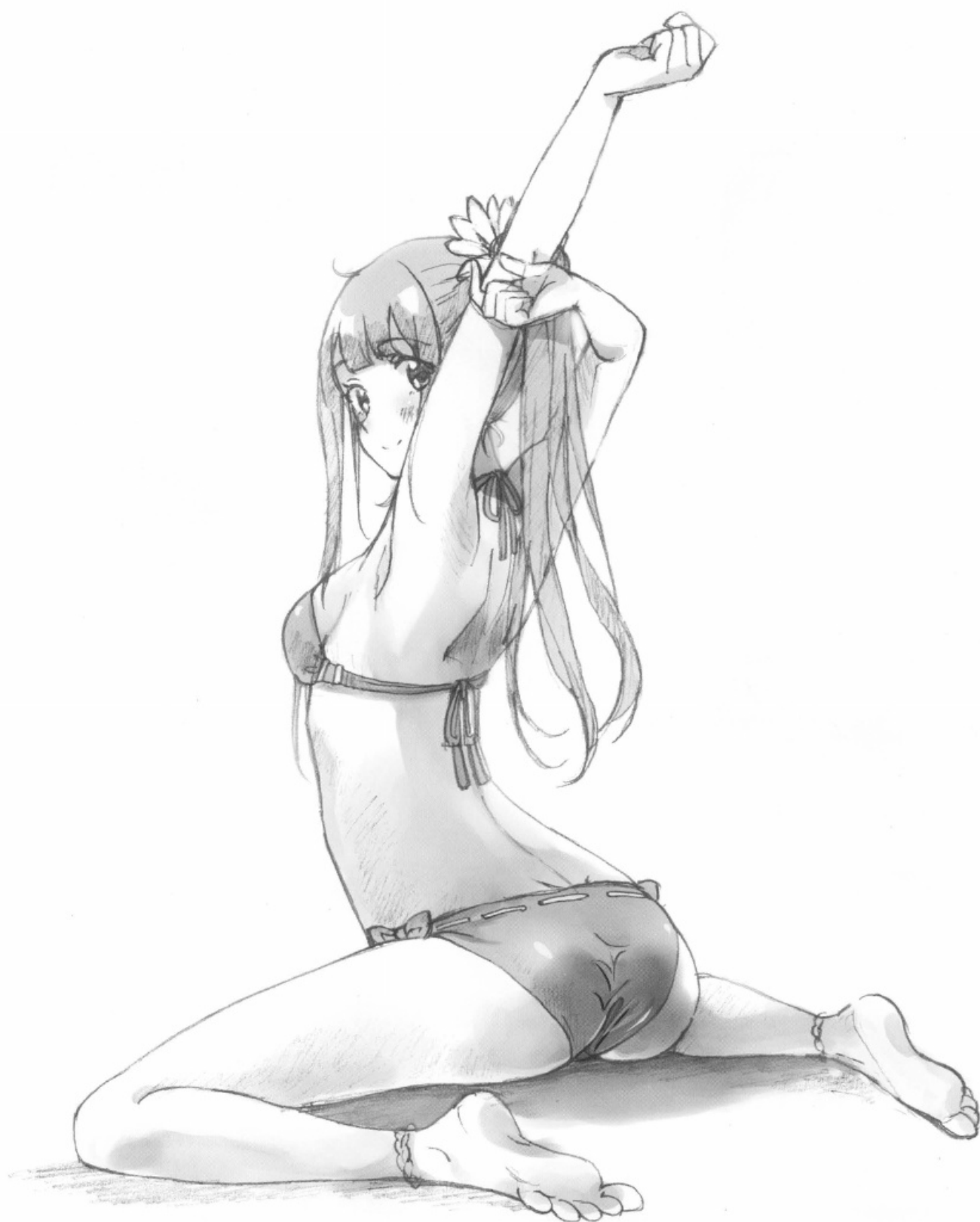
テーマ 座りポーズでお尻をアピール

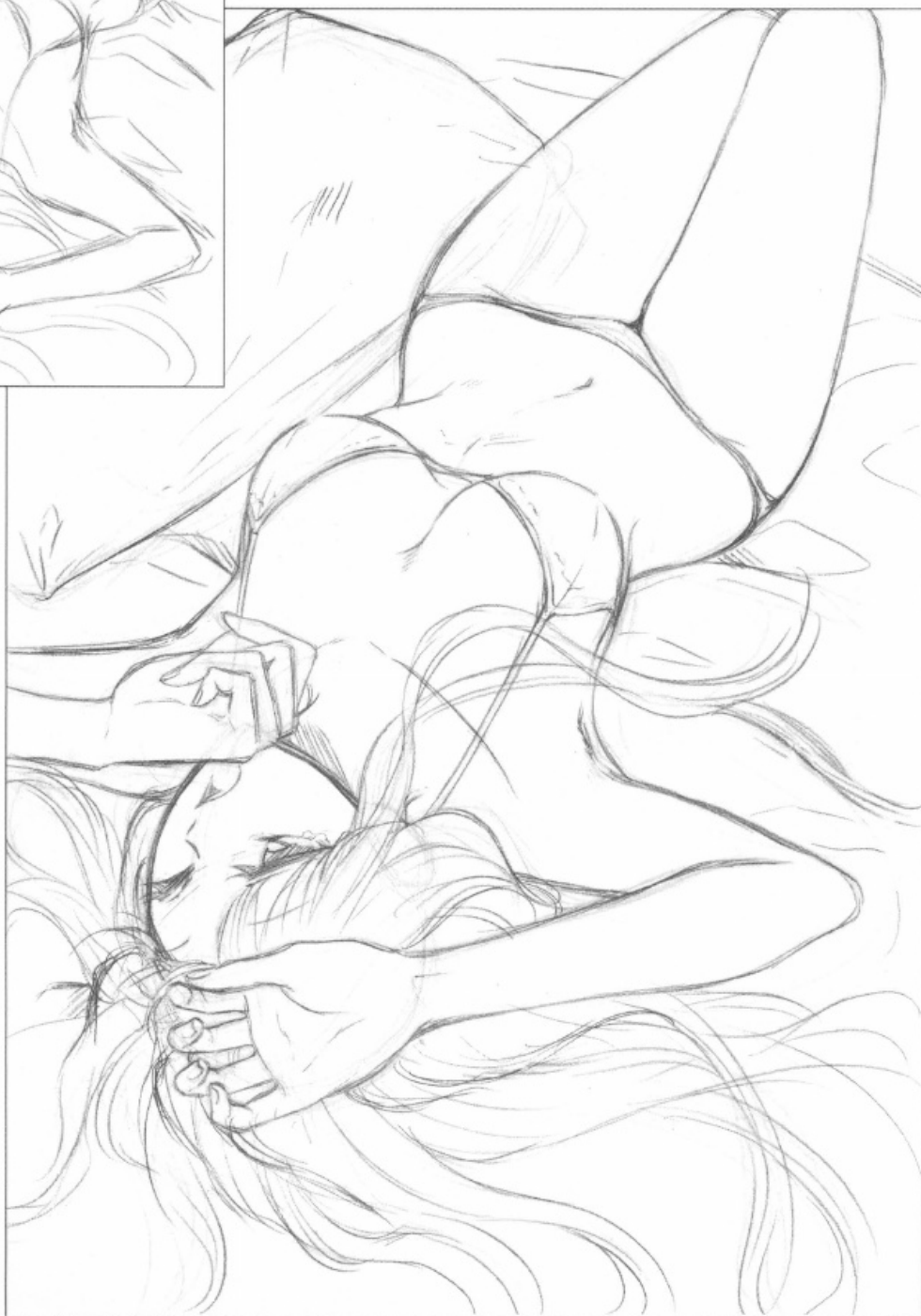
ラフイメージ

線画の完成

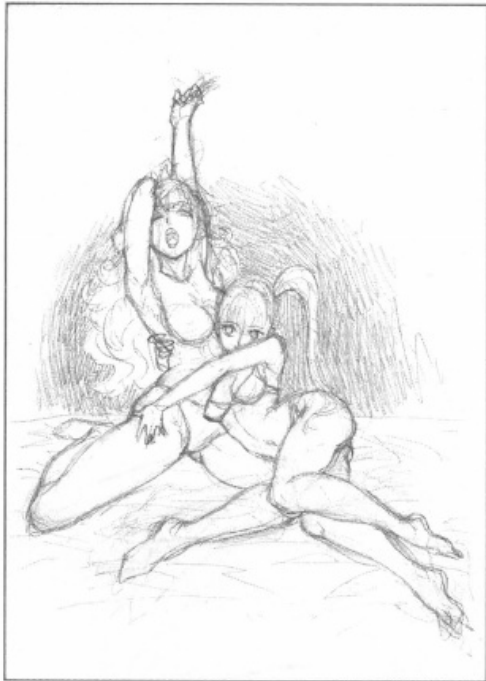
タッチでカゲなどを
描き込みます。

髪の毛と水着にグレーを入れます。

体と床にカゲを入れ、頭部のりんかくも
少し細くする処理をして完成させます。

テーマ 寝ポーズでバストをアピール

ラフイメージ。
ポーズイメージは「あくび」。
場所は「ベッドの上」。
顔、表情を見せると同時にバストライン
をアピールしたいので、頭部側からの構
図にしました。

下描き。このあとペン入れ、
トーン処理をして完成させま
す。必要に応じて原稿の向き
を変えながら描きましょう。

完成

テーマ　ふたりで肉感をアピール

ラフイメージ

線画

いろいろな習作

肉体の立体感をアピールする試行錯誤の中から、「ふたりで肉感をアピール」は生まれてきました。

完成。鉛筆のタッチでカゲや「色」、
質感などを表現しています。

テーマ セクシーキャラ

コンセプト…キャラをアピールすると同時に、ボディの立体感を強調するもの。
アオリの構図にひねりのポーズは、ボディの立体感と動きの両方を演出できるので、キャラをアピールするには最強の手法です。後ろ向きで振り向くポーズもアオリにして、キャラのダブルインパクト効果を狙います。

キャラのデザインやポーズを検討します

メインキャラ
バージョン2

バージョン3
髪飾りをつけ、髪の毛も
フェミニンなイメージに
し、下半身もやや強調気
味に試作したもの。

サブキャラ　バージョン2。奥におかれるキャラなので、お尻を大きめに強調します。

キャラを配置して検討します。
メインキャラ…バージョン3。
サブキャラ…バージョン2。

最終決定稿。サブキャラはもっとグラマラスなタイプに変更。メインキャラはバージョン1（初期イメージ）をベースにアレンジしたものになりました。

彩色し、キャラを配置して完成させます

メインキャラ
デザイン決定

サブキャラのデザイン決定。
実は足先まで描かれています。アオリと遠近効果を意識して、手前の足やお尻を大きめに強調して描きます。

最終的な完成形。
※ グレー化にあたり、コントラストを少し上げています。

■著者紹介

林　晃（はやし・ひかる）

1961年、東京生まれ。東京都立大学人文学部／哲学専攻卒業後、本格的にマンガ家活動を始める。ビジネスジャンプ奨励賞、佳作受賞。マンガ家・古川肇氏、井上紀良氏に師事する。実録マンガ「アジャ・コング物語」でプロデビューを果たした後、1997年にマンガ・デザイン制作事務所 Go office（ゴーオフィス）を設立。「マンガの基礎デッサン」シリーズ（ホビージャパン刊）、「コスチューム描き方図鑑」、「スーパーマンガデッサン」、「スーパーパースデッサン」「キャラポーズ資料集　女のコ制服編／女のコのからだ編」（以上グラフィック社刊）、「マンガの基本ドリル1～3」「衣服のシワ上達ガイド1」（廣済堂出版刊）など、国内外200冊以上に及ぶ"マンガ技法書"を制作している。日本マンガ学会会員。

◆ http://www.go-office.jp/
◆ http://gooffice.blog79.fc2.com/

マンガの基礎デッサン セクシーキャラ編

2013年3月29日　初版発行
2013年8月8日　2刷発行

著者　林　晃（Go office）

発行人　松下大介
発行所　株式会社ホビージャパン
〒151-0053　東京都渋谷区代々木2-15-8
電話 03-5304-7601（編集）
電話 03-5304-9112（営業）

印刷所　凸版印刷株式会社

ISBN 978-4-7986-0581-4 C2371

■スタッフ / Staff

● 作画
Siny
森田和明（Kazuaki MORITA）
ゆずpon（Yuzupon）
林晃（Hikaru HAYASHI）
之白 黒（Kuro YUKISHIRO）
星野里佳（Rika HOSHINO）
桔崎昂（Kou KIZAKI）
（順不同）

● カバー原画
森田和明（Kazuaki MORITA）

● カバーデザイン
島内泰弘デザイン室（Yasuhiro Shimauchi Design room inc.）

● 編集
林　晃 [Go office]（Hikaru HAYASHI -Go office-）

● 編集・レイアウトデザイン
濱田実穂 [Go office]（Miho HAMADA -Go office-）

● シナリオ協力
濱田実穂 [Go office]（Miho HAMADA -Go office-）

● 編集協力
ひめ（Hime）

● 企画
谷村康弘 [ホビージャパン]
（Yasuhiro YAMURA -HOBBY JAPAN-）

● 協力
日本工学院専門学校
クリエイターズカレッジ　マンガ・アニメーション科

セクシーなキャラを描きたい!!

ふつうの女のコキャラを
セクシーキャラへと変身させるためには
「磨く」という努力が大切です。

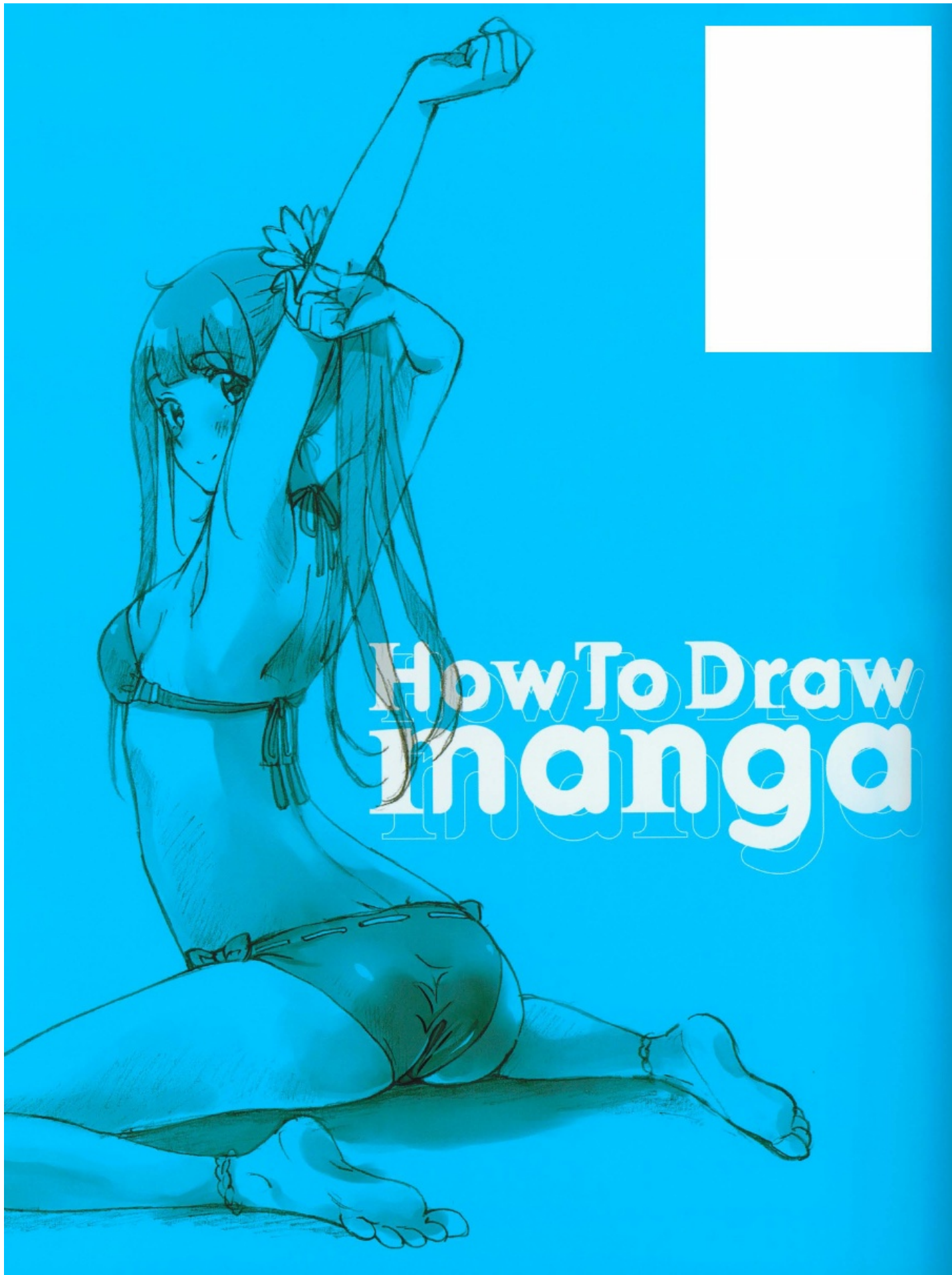
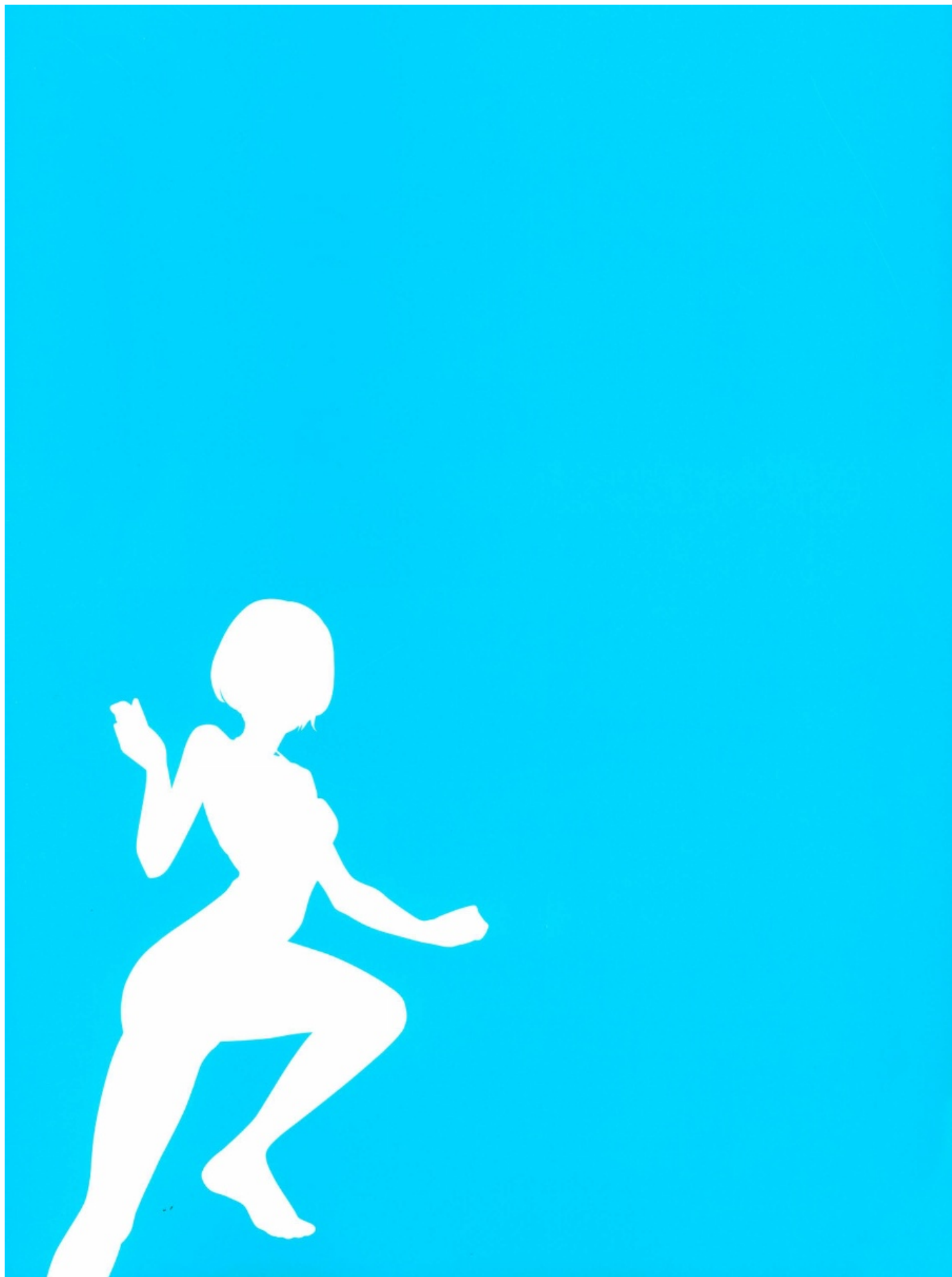
日ごろ気にかけていないところにも
目を配る、ケア（描き込む）をする。
そんなちょっとした「磨く」努力こそ
セクシーさを生む秘けつです。

全身のシルエットを磨く（第１章）
腕や脚、肩やヒジなどのパーツを磨く（第２章）
ポーズや表情の描き分けを磨く（第３章）

本書では、ふつうをセクシーに変える
３つの「磨く」を学びましょう。

「セクシーになりたい !!」というのは
誰もが思う永遠のテーマです。

今回の「マンガの基礎デッサン」では
女のコのセクシーにのみ、焦点を当てていますが
本書を読めば、老若男女問わず
本当の「セクシー」が見えてくるはずです。

それは皆さんの表現力を
高めてくれることでしょう。

How To Draw
manga

How To Draw manga

SEXY CHARACTER